

అఖిల

అఖిల భారత పత్రిక

మార్చి 2024

జీవన శాస్త్రము - ఒక సరళ వైఖరి

(శ్రీ అరవిందులు, ది మదర్ సుభాషితాలు)

విషయ సూచిక

నీ నుండి నేనాశించేదంతా యిదే.

ది మదర్

దైవానికి చేతనను ఉన్ముఖం చేసి వుంచడం స్వభావాన్ని పరివర్తన చేయడం, సాధన లక్ష్యం.

CWSA 29 : 208 *శ్రీ అరవిందులు*

ప్రశ్న : ప్రియమైన అమ్మా!

నేను జ్యోతికై చాలా కేంద్రీకరించాను. కాని దానిని వెలిగించేంత బలంగా నా ఆకాంక్ష లేకపోయింది.

అగ్నిని వెలిగించే పని నీది కాదు.

నేను చెప్పినట్లు, దాని నెల్లపుడు వెలిగించేది నేను. నీవు చేయవలసిందల్లా దానిని స్వీకరించి, నీ సుహృద్భావనతో దానిని పెంచి పోషించుకొనడానికి నిన్ను నీవు ఉన్ముఖం చేసుకోవడం మాత్రమే.

CWM 17 : 127-28 — దీ మదర్

నిరాడంబరత - పరిపూర్ణ చిత్తశుద్ధి పర్యవసానం

వ్యక్తపరచేటట్లు చేయడంలో గల సమస్త కృషికనుమరుగైన వెంటనే అది చాలా సరళమైనదిగా, తన సౌందర్యాన్ని వ్యక్తపరుస్తూ, ఏ సందడీ లేకుండా, తీవ్రమైన సంజ్ఞ లేకుండా తన పరిమళాన్ని వెదజల్లే పుష్పానికుండే సారళ్యతగా అవుతుంది. ఈ సారళ్యతలో అత్యంత గొప్ప శక్తి వుంది. ఆ శక్తిలో మిశ్రమం లేదు. అపకారం కలిగించే ప్రతిచర్యలకాస్కారమివ్వదు. ప్రాణికానికి గల శక్తిని నమ్మరాదు. మనం చేసే పనిలో అది ప్రలోభ పెడ్తుంది. నీవు ఉచ్చులో పడే ప్రమాదం ఎప్పుడూ వుంటుంది. ఎందుకనంటే వెంటనే లభించే ఫలితాల రుచినది చూపిస్తుంది. పనిని చక్కగా చేయాలనే ప్రప్రథమ ఆరాటంలో ఈ శక్తినుపయోగించుకొనడానికి మొగ్గుతాం. కాని చాలా త్వరలోనే, అది సరైన పద్ధతినుండి తన పనినంతా ప్రక్క దారి పట్టిస్తుంది. అంతేగాక మనం చేసే దాన్లోకి, భ్రాంతిబీజాన్ని, మరణభయాన్ని ప్రవేశపెడ్తుంది.

సారళ్యత, సారళ్యత ! నీ సాన్నిధ్య పరిశుద్ధత యెంత మధురం!

CWM 1 : 17

సమగ్ర నిరాండబరత. పరిపూర్ణ చిత్తశుద్ధి పర్యవసానం నిరాడంబరత.

CWM 14 : 158

ప్రశ్న : స్వీట్ మదర్, క్రీడాస్థలం, వాద్యబృందం, అధ్యయనాలు వగైరా సమస్త కార్యకలాపాలను వదలివేసి, పని చేయడానికి మాత్రమే నా కాలాన్నంత వినియోగించాలని అనుకొన్న సమయాలున్నాయమ్మా?

మరింత క్లిష్టమైన పరిస్థితులను చక్కచేయడానికి శ్రమనంతా తప్పించుకొనడానికి, జీవన స్థితిగతులను సులభతరం చేయాలనే తామసిక నైజం తరచుగా బాహ్యస్వభావంలో తలెత్తుతుంది. కాని అస్తిత్వ సమగ్రత్వంలో పురోగమించాలనుకొంటే ఈ విధంగా సులభతరం చేయడం ఏమంత వాంఛనీయం కాదు.

CWM 16 : 303 — *ది మదర్*

అప్రయత్న సంభావ్యత, సారళ్యత, చిత్తశుద్ధి

అప్రయత్నంగా అన్య ప్రేరణ లేకుండా సంభవించడం అంటే, స్వయిచ్ఛతో, సిద్ధింపజేసుకొనడానికి ఆలోచించకుండా, సమకూర్చుకొనకుండా, నిశ్చయించుకొనకుండా కృషిచేయడం.

అప్రయత్నంగా సంభవించడమంటే యథార్థంగా యేమిటో నీకు స్పష్టంగా తెలియడం కోసం రెండుదాహరణలనిస్తాను. ఒకటి, నిస్సంకోచంగా మీకది తెలిసే వుంటుంది... **1914**లో శ్రీ అరవిందులు ఆర్యకు వ్రాయడమారంభించిన కాలానికి సంబంధించినది. వారు వ్రాసినది మానసిక జ్ఞానానికి సంబంధించినది కాదు; ఒక మానసిక సృష్టి కాదు. తన మనసును నిశ్చల నీరవం చేసి, టైపు మెషీను ముందు కూర్చొనేవారు, అది అక్షరరూపం ధరించేది. ఇటువంటి మానసిక నిశ్చల నీరవతా స్థితి, జ్ఞానాన్ని దాని వ్యక్తీకరణను సైతం పైనుండి రావడానికనుమతిస్తుంది. దాని ద్వారా నెలకు **64** ముద్రిత పేజీలను వ్రాసారు. ఇందువల్లే వారలా చేయగలిగారు. ఎందుకనంటే అది మానసిక సంబంధ కార్యమే అయివుంటే, అది పూర్తిగా అసాధ్యమై వుండేది. అది యథార్థమైన మానసిక, అన్యప్రేరణ లేని కార్యం. దీనినింకా కొంచెం ముందుకు తీసుకుపోతే, తాను చెప్పదలచుకొన్న దానిని లేక వ్రాయవలసి వున్న దానిని గురించి ముందుగా ఆలోచించుకోవలసి ఉండదు. అతడు తేలికగా మనసును నిశ్చలనీరవం చేయగలిగి దానిని ఒక పాత్రలాగా ఉన్నతతర చేతన వైపు త్రిప్పగలిగితే, అది స్వీకరించే దానిని, మానసిక నిశ్చల నీరవతలో, పైనుంచి వచ్చేదానిని, వ్యక్తం చేస్తాడు. అది యథార్థమైన అన్య ప్రేరణ లేని అప్రయత్నం సంభవత.

సహజంగానే ఇదంత తేలికగాదు. సమగ్రత వుండాలి. కార్యనిర్వహణా పరిధిలోనికి క్రిందికి వచ్చినపుడు అది మరింత కష్టమౌతుంది. ఎందుకనంటే మామూలుగా, ఒక విధమైన తర్కబుద్ధితో పనిచేయాలనుకొంటే, తాను చేయాలనుకొన్న దానిని గురించి, ముందుగా సాధారణంగా ఆలోచించాలి, చేయడానికి ముందు ప్రణాళిక రచించుకోవాలి. లేకపోతే ప్రయత్నం లేని చర్య లేక అప్రయత్న చర్య విషయంలో మనం చెప్పుకొన్న ప్రేరణనుండి చాలా పెడగా తీసుకుపోయే సకలవిధ కోరికలు, ప్రేరేపణలచే యిటూఅటూ ఊపివేయబడ్తాడు. అప్పుడు, నిమ్నస్వభావంచే నిన్ను నడిపే కదలికలుగా అవి

తయారవుతాయి. కాబట్టి, ఈ కథలో చెప్పుకొన్న చైనా ఋషి చేరుకొన్న పరిణిత ప్రజ్ఞానం, నిస్సంగత్వ స్థితికి చేరకపోయినట్లైతే నిత్యజీవన చర్యలను అప్రయత్నంగా చేయకపోవడం మంచిది. ఎందుకనంటే అత్యంత అపక్రమ ప్రేరణలు, ప్రభావాలకు ఆటవస్తువుగా మారే ప్రమాదంలో పడ్తాడు.

కాని ఒకసారి యోగంలోనికి ప్రవేశించినపుడు, యోగాన్ని అభ్యసించాలనుకొన్నప్పుడు, తన స్వకీయ మానసిక రూప నిర్మాణాల ఆటబొమ్మ కాకుండా వుండడమనేది చాలా అవసరం. తన అనుభవాల మీద ఆధారపడాలనుకొంటే, తాను పొందాలనుకొంటున్న అనుభవాల గురించి తనలో ఎటువంటి అభిప్రాయాలను యేర్పరచుకోగూడదు. తాను చూడాలని ఆశిస్తున్న రూపాల గురించి ఎటువంటి భావనను యేర్పరచుకోగూడదు. ఎందుకనంటే మానసిక రూపనిర్మాణం, నేను చాలా తరచుగా అదివరకే చెప్పినట్లు ఒక నిజమైన రూపం, ఒక నిజమైన సృష్టియే. నీ భావనచే, కొంతవరకు నీతో సంబంధంలేని రూపాలను సృష్టిస్తావు. అవి బయటనుంచి వచ్చిన వాటిలాగా ఎదిగి నీ దగ్గరకొచ్చి, నీకు అనుభవాలు అనే అభిప్రాయాన్ని కలిగిస్తాయి. ఇచ్ఛయించిన లేక కోరిన లేక ఆశించిన అనుభవాలు, అప్రయత్నంగా లభించిన అనుభవాలు కాకపోగా, భ్రమలుగా కొన్ని సమయాలలో ప్రమాదకర భ్రమలుగా సైతం తయారయ్యే ప్రమాదం వుంది.

కాబట్టి ఒక మానసిక క్రమశిక్షణననుసరిస్తున్నపుడు, ముఖ్యంగా ఊహించడం, ఒక విధమైన అనుభవం కలగాలని కోరుకోవడం చేయగూడదనే జాగ్రత తీసుకోవాలి. ఎందుకనంటే, ఈ విధంగా చేస్తే, ఈ అనుభవాల గురించిన భ్రమలను నీకు నీవు సృష్టించుకొన్న వాడివవుతావు. యోగ పరగణాలో, చాల నిక్కచ్చి అయిన, తీవ్రతరమైన అప్రయత్నతా చర్య తప్పనిసరిగా అపరిత్యాజ్యం.

అందుకోసం సహజంగానే ఎటువంటి అత్యాశ లేక కోరిక లేక అత్యధిక ఊహ లేక నేననే "ఆధ్యాత్మిక లాలస" మహిమల రుచికై ఆవేశం ఉండకూడదు. నిర్భయంగా ముందుకు సాగిపోవాలి తప్పకుండా అనేదానికి, చాలా జాగ్రత్తగా వీటన్నింటినీ రద్దు చేసుకొని తీరాలి.

ఈ ప్రాథమిక వివరణ తర్వాత, నేనదివరకు వ్రాసిన దానిని గురించి, వ్యాఖ్యానించమని నన్నడిగిన దానిని గురించి చదువబోతున్నాను. బహుశా

ఈ సూక్తులకు వివరణ అవసరమనుకుంటాను. నేనిప్పుడు నీతో మాట్లాడుతున్న దానిని గురించి చదువుతున్నపుడు బహుశా ప్రేరణ పొంది వ్రాసావనుకొంటాను. కాని వ్యక్తిగత అనుభవ ప్రకటన దేనికైనాకంటే చాలా అధికమైనది. దైవం అవ్వాలంటే, ముందుగా ఆలోచన చేయనివాడై వుండాలి.

దీనిని గురించి నేనింతకు ముందు వివరించాను. ఇహ ఇప్పుడు ముందుగా ఆలోచన చేయకుండా వుండడం యెలా? అనే ప్రశ్న తలెత్తుతుంది.

"ముందుగా ఆలోచన చేయనివాడై వుండడానికి తగినంత పరిపూర్ణంగా సరళంగా నిరాబంబరంగా వుండాలి"

పరిపూర్ణంగా సరళంగా వుండడం యెలా?

"పరిపూర్ణంగా సరళంగా వుండాలంటే అతడు పరిపూర్ణంగా చిత్తశుద్ధి కలవాడవ్వాలి"

పరిపూర్ణంగా చిత్తశుద్ధితో వుండడమంటే అర్థం యేమిటి?

"పరిపూర్ణంగా చిత్తశుద్ధితో వుండడమంటే తన అస్తిత్వంలో ఏ విధమైన విభజన, ఏ విధమైన వైరుధ్యంగాని లేకపోవడం"

భిన్నమైన లేదా తరచుగా పూర్తి పరస్పర విరుద్ధమైన శకలాలచే నీవు తయారై వుంటే, ఈ శకలాలు నీ అస్తిత్వంలో విభజనను సృష్టిస్తాయి. ఉదా : దివ్యజీవనం కోసం, దైవాన్ని తెలుసుకోవడం కోసం, ఆయనతో ఏకం కావడం కోసం ఆయనను సమగ్రంగా జీవించడంకోసం,ఆకాంక్షించే ఒక భాగం నీలో వుండి, మమకారాలు, కోరికలు - "అవసరాలు" అని పిలువబడేవి - కావాలని కాంక్షించడమే గాక, అవి నెరవేరనపుడు తలక్రిందులయ్యే మరో భాగం వుంది. ఇతర వైరుధ్యాలు కూడా వున్నాయి, కాని యిది అత్యంత నిందార్హమైనది. ఇతరమైనవి కొన్ని వున్నాయి. ఉదా : దైవానికి సంపూర్ణంగా సమర్పణ కావాలనుకొనే అతని ఇచ్ఛకు, ఆతని మార్గదర్శకతకు పూర్తిగా యిచ్చివేసుకోవాలనుకొనే లాంటివి. అదే సమయంలో, అనుభవం - దైవానికి తనను తానర్పించుకోవాలని నిజాయితీగా ప్రయత్నించే వానికి మార్గం మీద తటస్థపడే ఒక సర్వసామాన్య అనుభవం - అంటే, తానేమీ కాదు, తానేమీ చేయలేడు, అసలు ఎవరైనా దైవం లేకుండా బ్రతుకనేలేరు. అంటే ఆయన కనుక లేకపోతే ఎవరి ఉనికీ వుండదు, ఏమీ చేయలేడు, అసలతడేమీ కాడు... ఈ అనుభవం, సంపూర్ణ ఆత్మార్పణా మార్గం మీద సహాయకారిగా సహజంగా

లభిస్తుంది. కాని, అనుభవం కలిగినపుడు, అస్తిత్వంలో మరో భాగం, భయంకరంగా తిరుగుబాటు చేస్తుంది. "క్షమించండి, కాని నేను నేనుగా వుండాలనుకుని పట్టుబడ్తున్నాను, నేను మరోలా కావాలని పట్టుబడ్తున్నాను, నాకుగా నేను పనులు చేయాలనుకొంటున్నాను, నేనో ప్రత్యేకమూర్తిత్వం అవ్వాలనుకొంటున్నాను" అని ఉంటుంది. మొదటిది అనుకున్నదాన్నంతా సహజంగా రెండోది నిర్వీర్యం చేస్తుంది.

ఇవి అసాధారణ సందర్భాలు కాదు, చాలా తరచుగా జరుగుతుండేవే. అస్తిత్వంలో అటువంటి పరిస్థితులకు నేను అసంఖ్యాకమైన ఉదాహరణ నివ్వగలను. ఒక భాగం ముందుకొక అడుగు వేయాలనుకొన్నపుడు, రెండోది వచ్చి మొత్తాన్ని ధ్వంసం చేస్తుంది. కనుక ఎప్పుడూ తిరిగి మొదలుపెట్టవలసి వస్తుంది. ప్రతిసారీ అది ధ్వంసమౌతుంది. మరోవైపుకు లాగే ఒక భాగాన్ని నీ అస్తిత్వంలో చూచినపుడు, దానిని జాగ్రత్తగా తీసుకొని, ఒక బిడ్డకు విద్యగరపినట్లు, విద్యగరపి, కేంద్రీయ భాగంతో సామరస్యతలో వుంచేటట్లు చేస్తుంది. ఇది నీవు చిత్తశుద్ధితో చేయవలసిన పని. అది చిత్తశుద్ధి పని, అది అపరిత్యాజ్యం.

ఒక ఐకమత్యత, ఒక ఒప్పందం, ఒక సామరస్యత అస్తిత్వపు సమస్త సంకల్పాలయందూ వున్నపుడు సహజంగానే నీ అస్తిత్వం సరళమైనదిగా, నిష్కపటిగా, ఏకరూపిగా, తన చర్యలోనూ, వైఖరులలోనూ తయారవుతుంది. మొత్తం అస్తిత్వం, ఒకే ఒక కేంద్రీయ చలనం చుట్టూ గుమిగూడినపుడు మాత్రమే నీవు ముందుగా ఆలోచన చేయని వాడవవుతావు. ఎందుకనంటే, నీలో యేదో దైవంవైపు తిరిగి ప్రేరణ కోసం ఎదురుచూస్తుంటే, ముందుకు నెట్టబడడంకోసం ఎదురుచూస్తుంటే, అదే సమయంలో, తన అవసరాల మీదే దృష్టి పెట్టే, తన కోరికలను తీర్చుకొన పనిచేసే మరోభాగం వుంటే, నీవెక్కడున్నావో నీకేమాత్రం తెలియదు. ఏం జరుగబోతుందో కచ్చితంగా చెప్పలేవు. ఎందుకనంటే, మరోభాగం చేయాలనుకొన్నదాన్ని, ఈ భాగం పాడు చేయడమే గాక, పూర్తిగా దానితో విభేదిస్తుంది. వీనినే చైనావారి భావనతో సమరసంలో వుండాలంటే, ఏది ఆవశ్యకమో, ఏది చేసి తీరాలి అనేదాన్ని స్పష్టంగా చూచినపుడు, హింసతో కూడిన ప్రయత్నాన్నిగాని, లేక అత్యధిక ఆసక్తినిగాని ఈ కార్యక్రమ నిర్వహణలో పెట్టగూడదని సిఫార్సు చేయడం. ఎందుకనంటె అత్యధిక ఆసక్తి, దివ్యచేతన వ్యష్టి ద్వారా తనను

వ్యక్తపరచుకొనడానికవసరమైన శాంతి, ప్రశాంతి, స్థిరతలకు వినాశం కలిగించేదౌతుంది. అంటే సంక్షిప్తంగా -

సమతుల్యత అపరిత్యాజ్యం, వ్యతిరేకాంతాలకు తీసుకుపోయే దారిని త్యజించడం అపరిత్యాజ్యం. అతి తొందర ప్రమాదకరం. అసహనం, పురోగమనాన్నడుకొంటుంది. అదే సమయంలో జడత నీ పాదాలను వేగంగా ముందుకు పడనీయదు.

CWM 8 : 282-86 *ది మదర్*

ప్రకరణం 2 :

సుఖ సంతోషాలతో జీవించడం

ఉల్లాసభరితంగా, హుషారుగా ఉంచే అంతర్గత స్థితి

హాస్యం అనేది సుఖానికి క్రియాశీల పార్శ్వం; ఇది చురుకైన అంతర్గత ఆనందోల్లాసంలో తన ఉనికిని కలిగి ఉంటుంది, ఎటువంటి ప్రతికూల అనుభవం, మానసికమైనది కానీ లేదా శారీరికమైనది కానీ దానిని చెదరగొట్టలేదు. దానిపరిపూర్ణ స్థితి, సమత యొక్క సిద్ధిని పొందడం. దానిపై భగవంతుని ముద్ర ఉంటుంది. ఇది మన అంతరంగంలో ఉన్న చిరునవ్వులు ఒలికించే బాలకృష్ణుని రూపం, ఈ ప్రపంచపు ఉద్యానవనంలో శాశ్వతమైన శ్రీ కృష్ణుని బాలక,కుమార రూపాలలో విరాజిల్లుతూ ఉన్నది.

CWSA 10.5-6

హాస్యచమత్కార ప్రవృత్తి! ఇది మన ఉనికికే రుచిని చేకూర్చే ఉప్పు వంటిది. అది లేకపోతే ప్రపంచం పూర్తిగా సమతుల్యత కోల్పోతుంది - అది ఇప్పటికే తగినంత అసమతుల్యతలో ఉంది. చాలా కాలం క్రితమే మంటలలో కాలిపోయేది.

CWSA 31:174

యోగం చేసేవారు ఎప్పుడూ గంభీరంగా లేదా మౌనంగా ఉండాల్సిన అవసరం లేదు, కానీ యోగాన్ని గంభీరమైన విషయంగా తీసుకోవడం అవసరం. అలాగే ఇక్కడ మౌనానికి అంతర్గత ఏకాగ్రతకు పెద్ద స్థానం ఉంది. లోపలికి వెళ్లి దైవాన్ని కలుసుకోవడమే మన లక్ష్యం అయితే ఒక వ్యక్తి తన

మనసునుఎల్లప్పుడూ బయటికి విసిరి వేసుకుంటూ ఉండకూడదు. అయితే దీని అర్థం మనం ఎల్లవేళలా గంభీరంగా, దిగులుగా ఉండాలని లేదా ఎక్కువ సమయం దిగులుగా ఉండాలని కాదు.

CWSA 31: 175

మాధుర్యాన్ని సంతోషకరమైన అనుభూతిని పెంపొందనివ్వు. ఎందుకంటే అవి ఆత్మ(మనలో సదా మేల్కొని ఉండి మనకు సన్నిహితంగా ఉండే చైత్య పురుషుడు) యొక్క బలమైన సంకేతం, ఆలోచన లేదా మాటలు లేదా నీ కర్మలలో జరిగే పొరపాట్లు నీకు క్లేశం కలిగించకుండా ఉండనివ్వు. వాటి పట్ల ఉదాసీనంగా ఉండు. అప్పుడు శక్తి, ప్రకాశం వాటిపై పనిచేసి వాటిని తీసివేస్తుంది. ఒక్క ముఖ్యమైన విషయం గుర్తుంచుకోండి- అది నీ ఆత్మ, ఇంకా దాని వెంటవచ్చే ఈ ఉన్నతమైన వాస్తవాల ఎరుక.

CWSA 30: 344 *శ్రీ అరవిందులు*

సంతోషంగా ఉండటానికి ప్రయత్నించు

నీవు సంతోషంగా ఉంటే - వెంటనే నీవుప్రకాశానికి దగ్గరగా ఉంటావు .

CWM 14:193

అలాగే అత్యంత ముఖ్యమైన గుణం పట్టుదల, ఓర్పు, అలాగే ఒక... నేను దానిని ఏమని పిలవాలి?

నిరుత్సాహపడకుండా, విచారంగా ఉండకుండా అన్ని కష్టాలను చిరునవ్వుతో ఎదుర్కోవడానికి నీకు సహాయపడే అంతర్గతమైన మంచి హాస్య స్ఫూర్తితో ఉండడం. ఈ చక్కని ఉల్లాసాన్ని వ్యక్తపరిచే ఒక ఆంగ్ల పదం ఉంది. అది "ఛీర్ఫుల్నెస్" అంటే ఉల్లాసభరితంగా, హుషారుగా ఉండడం. నీవు దీన్ని నీలో ఉంచుకోగలిగితే, నీ పురోగతికి అడ్డం వచ్చే ఎటువంటి చెడు ప్రభావాలైనా సరే, దాని వెలుగులో నీవు మరింత మెరుగ్గా పోరాడుతావు, మరింత మెరుగ్గా ఎదుర్కొంటావు,

CWM 8:23

ఎప్పుడూ సణుగుతూ ఉండకు. నీవు అలా సణుగుతూ ఉంటే అన్ని రకాల శక్తులు నీలోకి ప్రవేశిస్తాయి, అవి నిన్ను క్రిందికి లాగుతాయి. నవ్వుతూ ఉండు, నేను ఎప్పుడూ నవ్విస్తున్నట్లు అనిపిస్తుంది కానీ ఇది కేవలం ఛలోక్తి

కాదు. ఇది చైత్యపురుషుడి నుండి వచ్చే విశ్వాసం. దైవానికి వ్యతిరేకంగా ఏదీ నిలబడదని, చివరికి ప్రతిదీ సరిగ్గా జరుగుతుందనే విశ్వాసాన్ని ఒక చిరునవ్వు వ్యక్తపరుస్తుంది.

CWM 14:221

ఆత్మకున్న స్వభావమే దివ్యమైన ఆనందం, అది స్థిరమైనది, మార్పులేనిది, షరతులు లేనిది, పారవశ్యభరితమైనది

CWM 9:40

భూమిపై ఉదయించిన కొత్త ప్రకాశానికి నిన్ను నీవు తెరువు, అప్పుడు నీ ముందు ఒక ప్రకాశవంతమైన మార్గం పరుచుకుంటుంది..

CWM 15:97

ఒకరి హృదయంలోని శాశ్వతమైన ఉనికి యొక్క అనుభూతితో ఏ ఆనందము పోల్చదగినది కాదు.

CWM 14: 195 శ్రీమాత

సంతోషంగా ఉండడం ఎలా

నిజమైన, శాశ్వతమైన ఆనందానికి ఏకైక మార్గం దైవానుగ్రహంపై సంపూర్ణంగా అనన్యభావనతో ఆధారపడటం.

CWM 14:193

భగవంతునిపట్ల లోతుగా, తీవ్రంగా మరియు నిరంతరం కృతజ్ఞతతో ఉండటమే సంతోషంగా, శాంతియుతంగా ఉండటానికి ఉత్తమ మార్గం.

CWM 16:315

నీకు వీలైనంత వరకు నీ ఆలోచనల్లో నిరాశావాదాన్ని అదుపు చేయి. అలాగే స్వచ్ఛందమైన ఆశావాదిగా ఉండు.

CWM 12:141

మనం ఎల్లప్పుడూ సరైన పని చేద్దాం, అలాగే మనం ఎల్లప్పుడూ మౌనంగా, సంతోషంగా ఉందాము.

CWM 14:194

నిజమే, స్వచ్ఛమైన, నిరాసక్తమైన ప్రేమ కంటే ఎక్కువ ఆనందాన్ని ఏదీ తీసుకురాలేదు.

CWM 16:175

నిజమైన ఆనందం దైవం నుండి వచ్చేది, అది స్వచ్ఛమైనది, షరతులు లేనిది. సాధారణ సంతోషం ప్రాణిక జనితమైనది. ఇది అపరిశుభ్రమైనది, పరిస్థితులపై ఆధారపడి ఉండేది.

CWM 17:18

సరళంగా ఉంటూ, కేవలం మంచి సంకల్పంతోచేయగలిగినంత ఉత్తమంగా, సాధ్యమైనంత ఉత్తమంగా చేయడం చాలా మంచిది. ఏదో ఒకటి గొప్పది నిర్మించడం కాదు, కానీ పురోగతి కోసం, ప్రకాశం కోసం, సద్భావనతో నిండిన శాంతి కోసం మాత్రమే ఆకాంక్షించు. అలాగే నీవు ఈ ప్రపంచంలో ఏమి అవుతావో, నీవు ఈ ప్రపంచంలో ఏమి చేయాలో నీ కోసం దానిని (దైవాన్ని) నిర్ణయించనివ్వు. అప్పుడు ఇకపై నీవుఎలాంటి పట్టింపులు లేకుండా, సంపూర్ణంగా సంతోషంగా ఉండవచ్చు.

CWM 6:248 శ్రీమాత

విశుద్ధ ఆనందం గురించి తెలుసుకో

"మానవుడు - భగవంతుని కలయిక అనేది ఎల్లప్పుడూ మానవునిలోనికి దైవం యొక్క చొరబాటు లేక ప్రవేశం, దైవత్వంలో మనిషి యొక్క స్వీయ-లీనత అని అర్థం.

"కానీ ఆ లీనమై పోవడం అంటే అంతరించి పోవడం కాదు. అంతరించిపోవడం అనేది ఈ శోధన, తపన, వేదన లేక అమితానంద స్థితి యొక్క ఫలప్రాప్తి కాదు. అదే గనక ముగింపు అయితే ఆట అసలు ఎప్పటికీ ప్రారంభించబడి ఉండదు.

"పరమానందం అనేది రహస్యమైనది. స్వచ్ఛమైన ఆనందం గురించి గనక తెలిసికోగలిగితే నీవు దైవాన్ని గురించి కూడా తెలుసుకుంటావు ...."

-శ్రీ అరొబిందో, థాట్స్ అండ్ గ్లింప్సెస్

ప్ర : శ్రీ మాతా, "స్వచ్ఛమైన ఆనందాన్ని ఎలా తెలుసుకోవాలి"?

ప్రారంభించడానికి అన్నిటికంటే ప్రథమమైనది ఏమిటంటే, శ్రద్ధగల పరిశీలన ద్వారా కోరికలు, కోరికలను తీర్చుకోవడం అనేది అస్పష్టమైన, అనిశ్చిత మోదాన్ని మాత్రమే ఇస్తుంది అని, మిశ్రమంగాఉండి నశించిపోయే గుణం కలిగి, పూర్తిగా అసంతృప్తిని మాత్రమే మిగులుస్తుంది అనే ఎరుకను

పెంపొందించుకోవడం. ఇది సాధారణంగా ప్రారంభస్థానం. అప్పుడు, ఒక వ్యక్తి సహేతుకమైన జీవి అయితే, కోరిక అంటే ఏమిటో తరచి చూడగలగాలి. అలాగే కోరికలను తీర్చుకోవడానికి ఎటువంటి ప్రయత్నం చేయకుండా ఉండాలి. కోరికలను సంతృప్తి పరచడానికి ప్రయత్నించకుండా వాటిని తిరస్కరించాలి. కాబట్టి మొదటి ఫలితం బుద్ధుడు తన బోధనలో పేర్కొన్న మొదటి పరిశీలనలలో ఒకటి: కోరికను సంతృప్తి పరచడం కంటే దానిని జయించడం, తొలగించుకోవడంలో అనంతమైన గొప్ప ఆనందం ఉంది. ప్రతి నిష్కపటమైన, దృఢమైన అన్వేషకుడు కొంత సమయం తరువాత, త్వరగానో లేక నిదానంగానో, కొన్నిసార్లు అతి త్వరగా కూడా, ఇది ఒక సంపూర్ణ సత్యమని, కోరికను అధిగమించడంలో కలిగే ఆనందం చిన్నపాటి మోదం కంటే సాటిలేని విధంగా గొప్పదని తెలుసుకుంటాడు. ఆ కోరికలను సంతృప్తి పరుచుకోవడంలో కలిగే చిన్నపాటి సంతోషాలు చాలా నశ్వరమైనవి, మిశ్రమమైనవని గ్రహిస్తాడు.

అది రెండో అడుగు.

సహజంగానే, ఈ నిరంతర క్రమశిక్షణతో, చాలా తక్కువ సమయంలో కోరికలు దూరమై ఇకపై నిన్ను ఇబ్బంది పెట్టవు. కాబట్టి నీవు నీ ఉనికిలోకి కొంచెం లోతుగా ప్రవేశించడానికి స్వేచ్ఛగా ఉంటావు, ఇంకాపరమానంద ప్రదాతకు, దైవాంశకు, దైవకృప కొరకైన ఆకాంక్షతో నిన్ను నీవు తెరవగలవు. ఇదిచిత్తశుద్ధితో చేసే స్వీయ సమర్పణ - ఏదైనా తనను తాను ఇచ్చుకొంటుంది, ఇచ్చుకొంటూ పోవడానికి ముందుకు వస్తుంది, తాను ఇచ్చిన దానికి బదులుగా ఏమీ ఆశించకపోతే గనక - హృదయాన్ని నింపే, సౌకర్యవంతమైన, సన్నిహితమైన , ప్రకాశవంతమైన ఒక విధమైన మధురమైన వెచ్చదనం మనం అనుభూతి చెందగలం.

దీని తరువాత, మార్గం సులభం.

ప్రతిదానిలో, ప్రతి వస్తువులో, ప్రతి కదలికలో, ప్రతి స్పందనలో, మనుషులు, చేతన జీవులు మాత్రమే కాకుండా, వస్తువులు, వస్తువులు చుట్టూ ఉన్న అన్ని విషయాలలో చెట్లు మరియు మొక్కలు, జీవులు మాత్రమే కాదు, ఎవరైనా ఉపయోగించే ఏదైనా వస్తువు, ఒకరి చుట్టూ ఉన్న వస్తు సముదాయంలో సైతం ఈ ఆనందాన్ని చూడవచ్చు, ఈ ఆనందం, కేవలం ఉండటం, మనం ఎలా ఉన్నామో అలాగే ఉండటం. అలాగే ఇదంతా అలా

ఆనందంతో స్పందించడం కనిపిస్తుంది. ఒకరు ఒక వస్తువును తాకి, ఈ ఆనందాన్ని అనుభవించవచ్చు. కానీ సహజంగానే, నేను మొదట్లో మాట్లాడిన క్రమశిక్షణను అనుసరించి ఉండాలి లేకపోతే, ఒక వ్యక్తికి కోరిక, ప్రాధాన్యత, అనుబంధం లేదా ఆకర్షణ వికర్షణలు ఇలాంటివన్నింటినీ కలిగి ఉన్నంత వరకు, ఇది సాధ్యం కాదు, సాధ్యం కాదు.

మరియు ఒక వ్యక్తి ఒక వస్తువులో సుఖాలు-అవును, ప్రాణికమైన లేదా భౌతికమైన సుఖాన్ని పొందినంత కాలం, ఈ ఆనందాన్ని అనుభవించలేడు. ఈ ఆనందం ప్రతిచోటా ఉంది. ఈ ఆనందం చాలా సూక్ష్మమైనది. ఒక వ్యక్తి వస్తువుల రాశి మధ్యలో మెదులుతూ ఉంటే, అవి తమ ఆనందాన్ని నీకు పాడి వినిపించినట్టుగా ఉంటుంది. నీ చుట్టూ ఉన్న జీవులలో ఇది బాగా సుపరిచితం అయ్యే సమయం వస్తుంది. వాస్తవానికి, మానవులలో అనుభూతి చెందడం కొంచెం కష్టమని నేను అంగీకరించాలి, ఎందుకంటే వారి మానసిక, ప్రాణికమైన నిర్మాణాలన్నీ అవగాహన రంగంలోకి వచ్చి దానిని భంగ పరుస్తాయి. ఈ రకమైన అహంకార సంబంధమైన అస్పష్టత చాలా ఎక్కువగా ఉండి, ఇది విషయాలతో కలిసిపోతుంది, కాబట్టి అక్కడ ఆనందాన్ని చవిచూడటం చాలా కష్టం. కానీ జంతువులలో కూడా ఆ ఆనందాన్ని అనుభూతి చెందవచ్చు, ఇది ఇప్పటికే మొక్కలలోకంటే ఇంకా కొంచెం కష్టం. కానీ మొక్కలలో, పువ్వులలో, ఈ ఆనందం చాలా అద్భుతంగా ఆవిష్కృతమైంది! అవి తమ ఆనందాన్ని అంతటా వ్యక్తపరుస్తాయి. నేను చెప్పినట్లు, నీవు ఉపయోగించే అన్ని సుపరిచిత వస్తువులలో, నీ చుట్టూ ఉన్న వస్తువులలో, ప్రతి దానిలో ఆనందంగా ఉండే చైతన్యం ఉంది. ఆ ఆనందంలో ప్రతి వస్తువు తాను ఉండడం లోనే, ఎలా ఉంటే అలా ఆ ఆనందాన్ని అనుభవిస్తున్నాయి. కాబట్టి ఆ క్షణంలో మనం ఒక నిజమైన ఆనందాన్ని స్పృశించామని మనకు తెలుస్తుంది.

ఇది షరతులతో కూడుకున్నది కాదు. నా ఉద్దేశ్యం ప్రకారం అది ఆధారపడి ఉండదు... దేనిపైనా ఆధారపడదు. ఇది బాహ్య పరిస్థితులపై ఆధారపడదు, ఎక్కువ లేదా తక్కువ అనుకూలమైన స్థితిపై ఆధారపడదు, ఇది దేనిపైనా ఆధారపడదు: ఇది విశ్వం ఉనికి యొక్క ఉద్దేశ్యంతో మమేకం కావడం.

ఇటువంటి ఆనందం వచ్చినప్పుడు అది శరీరంలోని అన్ని కణాలను నింపుతుంది. ఇది ఆలోచించే విషయం కూడా కాదు, దీనిని గురించి తర్కించలేం, విశ్లేషించలేం, ఇది అటువంటిది కాదు: ఇది ఒక వ్యక్తి జీవించే స్థితి. శరీరం దానిలో పాలుపంచుకున్నప్పుడు, అది చాలా తాజాగా ఉంటుంది- చాలా తాజాగా ఉంటుంది, చాలా స్వచ్ఛందంగా ఉంటుంది, కాబట్టి... అది ఇకపై తిరిగి తనవైపుకు వెళ్లదు, స్వీయ-పరిశీలన, స్వీయ-విశ్లేషణ లేదా విషయాలను విశ్లేషించే భావం ఇకపై ఉండదు. అదంతా ఆనంద ప్రకంపనల ఖండంలా ఉంటుంది, కానీ చాలా చాలా నిశ్శబ్దంగా, హింసలేకుండా, ఉద్వేగంలేకుండా, అటువంటిది ఏదీ లేకుండా ఇది చాలా సూక్ష్మంగా, అదే సమయంలో చాలా తీవ్రంగా కూడా ఉంటుంది, అలాగే అది వచ్చినప్పుడు, మొత్తం విశ్వం ఒక అద్భుతమైన సామరస్యంతో నిండి కనిపిస్తుంది. సాధారణ మానవస్పృహకు వికారమైన, అసహ్యకరమైనది కూడా అద్భుతంగా కనిపిస్తుంది.

దురదృష్టవశాత్తూ, నేను చెప్పినట్లుగా, ప్రజలు, పరిస్థితులు ఇటువంటివన్నీ, మానసికప్రాణిక ఆకృతులన్నిటితో పాటు ఆ ఆనందాన్ని ఎల్లప్పుడూ భంగపరుస్తూ ఉంటాయి. అప్పుడు ఈ అజ్ఞాన, అంధ గ్రహణశక్తికి తిరిగి రావాల్సిన అవసరం ఉంది. అయితే, ఇవన్నీ ఆగి, దాని నుండి బయటపడిన వెంటనే.. ప్రతిదీ మారుతుంది. ఎవరో అన్నట్లుగా,చివరికి ప్రతిదీ మారుతుంది. అద్భుతమైన సామరస్యం. ఇంకా ఇదంతా ఒక దివ్యానందం, నిజమైన దివ్యానందం, సత్యమైన దివ్యానందం.

దీనికి కొంచెం పని అవసరం.

నేను మాట్లాడిన ఈ క్రమశిక్షణను ఒక మనిషి తప్పక పాటించాలి, ఆనందాన్ని కనుగొనే లక్ష్యంతో సాధన చేస్తే, ఫలితం ఆలస్యం అవుతుంది, ఎందుకంటే అహంకార సంబంధమైన అంశం దానిలో ప్రవేశించింది, ఇది ఒక లక్ష్యంతో చేయబడుతుంది గనక అది సమర్పణా భావంతో చేసింది కాదు, అది ఒక కోరిక, ఆపై.... అది వస్తుంది, ఇది వస్తుంది, సమయం ఎక్కువ తీసుకున్నా సరే (అనుకుంటారు) - ఒకరు ఏమీ అడగనప్పుడు, ఏమీ ఆశించనప్పుడు, ఏదో వస్తుందనే ఆశ లేనప్పుడు, అలా సరళంగా ఉన్నప్పుడు, అది తనను తాను ఇచ్చుకోవడం, అది ఒక ఆకాంక్ష, మరియు ఎటువంటి బేరసారాలు లేకుండా ఉండే స్వచ్ఛందమైన ఆవశ్యకత- దైవంగా ఉండాలనుకునే ఆవశ్యకత, అంతే.

CWM 9: 20-23 — *శ్రీమాత*

ప్రకరణం 3 :

ప్రశాంతంగా జీవించడం

ప్రశాంతతత

ప్రశాంతతత, ప్రశాంతతత, ఒక స్థిరత, ఏకాగ్ర శక్తి, ఏదీ కదిలించలేని నిశ్చలత - ఇది సమగ్ర సాక్షాత్కారానికి అనివార్యమైన ఆధారం.

*

కచ్చితంగా ప్రశాంతంగా ఉండటం తమస్సు కాదు. నిజానికి ప్రశాంతతలో మాత్రమే సరైన పని చేయవచ్చు. దేనికీ భంగం కలగకుండా పని చేయడాన్ని దేనికీ భంగం కలగకుండా ప్రతి విషయాన్ని గమనించడాన్ని నేను ప్రశాంతతత అంటాను.

*

నీవు ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడు దివ్య శక్తి, సహాయం, రక్షణ ఎల్లప్పుడూ నీతో ఉన్నట్లు భావిస్తావు.

*

నీవు చేయవలసింది ఒక్కటే, అచంచలంగా, కలవరపడకుండా, కేవలం దైవం వైపు మళ్లడం, మిగిలినది ఆయన చేతుల్లోనే ఉంది.

*

నిశ్చలత, శాంతి, నిశ్శబ్దాలలోనే ఆధ్యాత్మిక శక్తులు పనిచేస్తాయి. ఆందోళనలు, ఉద్రేకాలన్నీ ప్రతికూల ప్రభావం నుండి వస్తాయి.

*

నీవు ప్రశాంతతత కోసం వెతకాల్సింది బాహ్య పరిస్థితులలో కాదు, నీ లోపల వెతకాలి. ప్రతి వ్యక్తి లోపల లోతైన శాంతి ఉంది, దానిని నీవు అనుమతించినట్లయితే, మొత్తం శరీరాన్ని అంతా ప్రశాంతతతో నింపి వేస్తుంది.

నీవు ఆ శాంతిని అన్వేషించాలి, అప్పుడు నీవు కోరుకున్న ప్రశాంతతత నీకు లభిస్తుంది.

CWM 14: 135, 142 - 145

ఒత్తిడి నిరంతరం ఉంటుంది. నాకు ప్రశాంతతను ఇవ్వండి, నా మాధుర్యమయి మాత!

నేను నీపై శాంతిని, నిశ్చలతను, ప్రశాంతతను కురిపించడాన్ని ఎప్పుడూ ఆపను, నీవు వాటిని ఎందుకు స్వీకరించవు?

శాంతిని, ప్రశాంతిని, స్థిరతను స్వీకరించడానికి నేను ఏమి చేయాలి?

వాటిని హృదయపూర్వకంగా, సమగ్రంగా కోరుకోవాలి - నీ ఉనికిలోని ఒక భాగంతో మాత్రమే కాదు.

CWM 17:60

నీవు అనుకుంటున్నట్లుగా నీవు నాకు దూరంగా లేవు. నీవు నీ మనసులోని, ప్రాణికంలోని ఆందోళనను కొంత శాంతపరిచి, కొంతైనా ప్రశాంతితో, ఏకాగ్రతతో ఉంటే తక్షణం నీ చుట్టూ నా ఉనికిని నీవు కనుగొంటావు.

CWM 17:68-69

అతను తన మనస్సును నిశ్చలంగా ఉంచుకుని, తన హృదయాన్ని నిశ్చలంగా ఉంచుకుంటే, అతను పరిస్థితిని ఎదుర్కొనగలడు.

CWM 16:125

బలమైన వ్యక్తి ఎప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉంటాడు. బలహీనతే అశాంతికి కారణం.

CWM 17-413 శ్రీమాత

అంతటా భగవంతుని సార్వభౌమ చింతనకు సంబంధించిన మార్పులేని శాంతి, మార్పులేని దివ్య శాశ్వతత్వానికి సంబంధించిన స్థిరమైన దృష్టి కొరవడింది.

CWM 16:125 శ్రీమాత

“వ్యక్తి స్థిరంగా ఉండాలి” అన్నదానికి అర్థం.

ఈ పదాల ద్వారా నా ఉద్దేశ్యం ఏమిటని ఎవరో నన్ను అడిగారు: “వ్యక్తి ప్రశాంతంగా, స్థిరంగా ఉండాలి.”

నేను ఎవరికైనా, “స్థిరంగా ప్రశాంతంగా ఉండండి” అని చెప్పినప్పుడు, నేను వ్యక్తిని బట్టి అనేక విభిన్న విషయాలను సూచిస్తున్నాను. కానీ మొదటి

అనివార్య స్థిరత్వమే మానసిక నిశ్చలత, ఎందుకంటే సాధారణంగా అది బాగా కొరవడుతుంది. నేను ఎవరికైనా, "ప్రశాంతంగా ఉండండి" అని చెప్పినప్పుడు, నా ఉద్దేశ్యం: విరామం లేని, ఉద్వేగభరిత, ఉద్రేకపూరితమైన ఆలోచనలు రాకుండా ప్రయత్నించడం, నీ మనస్సును ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవడానికి ప్రయత్నించు, నీ ఊహలలో, పరిశీలనలో, మానసిక నిర్మాణాలలో విహరించడం మానివేయి.

ఒక వ్యక్తి న్యాయబద్ధంగా ఒక ప్రశ్నను జోడించవచ్చు: మీరు మాకు "స్థిరంగా ప్రశాంతంగా ఉండండి" అని చెప్తారు, కానీ ప్రశాంతంగా ఉండాలంటే మేము ఏమి చేయాలి?... సమాధానం ఎప్పుడూ కొంచెం అటూ ఇటూగా ఒకేలా ఉంటుంది: మొదట నీవు స్థిరత్వం యొక్క అవసరాన్ని అనుభూతి చెంది, దానిని కోరుకోవాలి, ఆపై దానిని ఆకాంక్షించి ప్రయత్నించాలి! ప్రయత్నించడానికి, అనేకమంది సూచించినవి, అనేకమంది ఆచరించినవి అసంఖ్యాక పద్ధతులు ఉన్నాయి. ఈ పద్ధతులు సాధారణంగా పొడవైనవి, కఠిన ప్రయాసతోకూడినవి, కష్టమైనవి. చాలా మంది వ్యక్తులు లక్ష్యాన్ని చేరుకోకముందే నిరుత్సాహపడతారు, ఎందుకంటే, వారు ఎంత ఎక్కువగా ప్రయత్నిస్తే, వారి ఆలోచనలు అంత ఎక్కువగా మనసులో తిరుగుతాయి, అందువలన వారి మెదడు ఆందోళనలతో ఉంటుంది.

ప్రతి ఒక్కరికి పద్ధతి భిన్నంగా ఉంటుంది, కానీ నిశ్చల ప్రశాంతతను కోరుకోవడానికి కారణం ఏదైనా కావచ్చు - వ్యక్తి అలసిపోయినందున / అతిగా ఒత్తిడితో ఉన్నందున / వ్యక్తి నిజాయితీగా తాను ఉన్న స్థితిని దాటి పైకి ఎదగాలని కోరుకుంటున్నందున - మొదటిగా వ్యక్తి ప్రశాంతతకు తగ్గ కారణాన్ని తప్పనిసరిగా అనుభూతి చెంది అర్థం చేసుకోవాలి, అంటే మనస్సులో ఈ నిశ్చల శాంతి యొక్క అవసరాన్ని అనుభూతి చెందాలి. ఆపై, ఫలితాలను సాధించడానికి, తెలిసిన, ఇంకా కొత్త పద్ధతులన్నింటినీ వరుసగా ప్రయత్నించవచ్చు.

అప్పుడు వ్యక్తి మరొక రకమైన ప్రశాంతత అవసరమని, బాగా అవసరమని వెంటనే గ్రహిస్తాడు - ఇది ప్రాణిక ప్రశాంతత, అంటే కోరిక లేకపోవడం. వ్యక్తిలోని ప్రాణిక భాగం తగినంతగా అభివృద్ధి చెందనప్పుడు, నిశ్చలంగా ఉండమని చెప్పిన వెంటనే, అది నిద్రపోతుంది లేకపోతే సమ్మె చేస్తుంది.

అది ఏం చెబుతుందంటే, "ఆ! లేదు. ఏమీ కుదరదు! నేను ఎటువంటి సహాయం చేయను. నీవు నాకు అవసరమైన పోషకాన్ని అంటే ఉత్సాహాన్ని, కామనను, పెను ఆశను కల్గించక పోతే నేను నిష్క్రియంగా ఉండటానికి చూస్తాను, ఇకపై నేను ఏమీ చేయను. కాబట్టి అక్కడ సమస్య కొంచెం సున్నితంగా మారుతుంది, బహుశా ఇంకా కష్టమవుతుంది. వాస్తవానికి, ఉత్సాహం నుండి జడత్వంలోకి పడిపోవడం, అనేది పురోగతి నుంచి దూరంగా వెళ్లడమే! జడత్వం లేదా నిశ్చల నిష్క్రియాత్మకతను నిశ్చల శాంతిగా అని ఎప్పుడూ పొరబడకూడదు.

నిశ్చల ప్రశాంతత చాలా సానుకూల స్థితి. సంఘర్షణకు వ్యతిరేకం కాని సానుకూల శాంతి ఉంటుంది - చురుకైన శాంతి, అంటుకొని ఉండే తత్వాన్ని కలిగినది, శక్తివంతమైనది, ఇది నియంత్రిస్తూ స్థిర శాంతితో ఉంచుతుంది, ఇది ప్రతి దానిని క్రమబద్ధీకరిస్తూ వ్యవస్థీకరిస్తుంది. నేను అటువంటి ప్రశాంతతను గురించి మాట్లాడుతున్నాను. నేను ఎవరికైనా, "శాంతంగా స్థిరంగా ఉండు" అని చెప్పినప్పుడు, "వెళ్లి పడుకో, జడంగా నిష్క్రియంగా ఉండు, ఏమీ చేయకు" అని చెప్పడం నా ఉద్దేశ్యం కాదు, నేను చెప్పే ప్రశాంతత నిష్క్రియత్వానికి చాలా దూరంగా ఉంటుంది!... నిజమైన నిశ్చల శాంతి చాలా గొప్ప శక్తి, చాలా గొప్ప బలం. వాస్తవానికి బలంగా, శక్తివంతంగా ఉన్న వారందరూ సమస్యను మరొక వైపు నుండి చూస్తూ, ఎల్లప్పుడూ చాలా స్థిరంగా ఉంటారని చెప్పవచ్చు. బలహీనులు మాత్రమే ఆందోళన చెందుతారు. వ్యక్తి నిజంగా బలంగా మారిన వెంటనే, అతడు నిశ్చలంగా, ప్రశాంతంగా, ఉంటాడు. తనను ఆందోళన పరచాలి అనే ఆశతో బయటి నుంచి పరిగెత్తుకు వచ్చే ప్రతికూల తరంగాలను ఎదుర్కొనే శక్తితో ఉంటాడు. ఈ వాస్తవిక ప్రశాంతత ఎల్లప్పుడూ శక్తికి సంకేతం. ప్రశాంతత బలవంతుడిదే.

భౌతిక ప్రపంచంలో కూడా ఇది నిజం. నీవు సింహాలు, పులులు, ఏనుగులు వంటి జంతువులను గమనించావో లేదో నాకు తెలియదు, కానీ అవి ఏ పని చేయనప్పుడు, చాలా పరిపూర్ణమైన నిశ్చలతతో ఉంటాయి. ఒక సింహం నీ వైపు కూర్చుని చూస్తూ, "ఓహ్, నీవు ఎంత చంచలంగా ఉన్నావు!" అని చెప్తున్నట్లుగా ఉంటుంది. అది ప్రశాంత జ్ఞానంతో నిన్ను చూస్తోంది!, అది దాని ఊర్జాన్ని, శక్తిని, శారీరక బలాన్ని అన్నిటినీ కూడగట్టుకొని, కేంద్రీకరిస్తుంది.

- ఆందోళన రవ్వంతైనా లేకుండా - ఆజ్ఞ ఇచ్చినప్పుడు పనిలోకి దూకడానికి సిద్ధంగా ఉంటుంది.

అరగంట పాటైనా కదలకుండా కూర్చోలేని వ్యక్తులను చాలా మందిని నేను చూశాను. వారు పాదాన్నో, కాలునో, చేతినో, అదీ కాకపోతే వారి తలనో కదిలించాల్సి వచ్చేది. ప్రశాంతతగా ఉండగల శక్తి, బలం వారికి లేనందున వారు ఎప్పుడూ విరామం లేకుండా అటూ ఇటూ కదులుతూ ఉండేవారు.

ప్రశాంతంగా ఉండగల ఈ సామర్థ్యం అంటే, ఒక వ్యక్తి కోరుకున్నప్పుడు తన శక్తులన్నింటినీ సమీకరించి, తాను కోరుకున్నట్లు వాటిని ఖర్చు చేయడం, తాను కోరుకున్నట్లుగా, పని చేస్తున్నప్పుడు కూడా పరిపూర్ణ స్థిరత్వంతో వాటిని విభజించడం- ఇది ఎప్పుడూ బలానికి చిహ్నం. అది శారీరక బలం కావచ్చు లేదా ప్రాణిక బలం కావచ్చు లేదా మానసిక బలం కావచ్చు. కానీ నీవు రవ్వంత ఉద్రేకంలో ఉంటే, ఎక్కడో బలహీనత ఉందని చెప్పవచ్చు. నీ చంచలత్వం అన్ని విధాలుగా ఉంటే, బలహీనత కూడా అంతే సమగ్రంగా ఉంటుంది.

CWM 8: 328-330 *శ్రీమాత*

మానసిక ప్రశాంతత

నిశ్చల నిశ్శబ్దత ఎప్పుడూ మంచిదే కానీ నా ఉద్దేశం ప్రకారం మానసిక ప్రశాంతతే సంపూర్ణ నిశ్శబ్దత కాదు. నా ఉద్దేశ్యంలో ఆటంకాలు, ఇబ్బందులు లేని మనస్సు, స్థిరంగా, తేలికగా, ఆనందంగా ఉంటుంది, తద్వారా స్వభావాన్ని మార్చే మహా శక్తికి తెరవబడుతుంది. ముఖ్య విషయం ఏమిటంటే ఇబ్బందికర ఆలోచనలు, తప్పు భావాలు, తికమక పెట్టే ఆలోచనలు, బాధాకర సంఘటనల దాడుల నుంచి బయటపడటం. ఇవి స్వభావాన్ని మసకబార్చి దానిని పూర్తిగా ఆక్రమిస్తాయి తద్వారా మహా శక్తి చేసే కార్యాన్ని కష్టతరం చేస్తాయి. మనస్సు నిశ్చలంగా, ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడు, ఆ మహా శక్తి మరింత సులభంగా పని చేస్తుంది. నీవు కలత లేదా నిరాశ చెందకుండా నీ లోపల మార్చవలసిన విషయాలను చూడగలగాలి. అప్పుడు మార్పు మరింత సులభంగా చేయబడుతుంది.

స్థిరంగా, స్థిమితంగా ఆత్మలో స్థిరంగా ధీరత్వంతో ఉండటమే ఈ మానసిక ప్రశాంతత, బాహ్య ప్రకృతి నుండి అంతః పురుషుని వేరుచేయడంలో చాలా సహాయకారిగా ఉంటుంది, ఇది దాదాపు అనివార్యం కూడా. వ్యక్తి ఆలోచనల సుడిగుండం లేదా ప్రాణిక కదలికల గందరగోళానికి లోబడి ఉన్నంత కాలం, అతను ప్రశాంతంగా, ఆత్మలో స్థిరంగా ఉండలేడు. తనను తాను విడిచిపెట్టడం, అంటే తనలోని మిగిలిన భాగాల నుండి వెనుకకు మళ్లడం, వాటిని తన నుంచి వేరుగా భావించడం అనివార్యం.

CWSA 29 : 160

నీ సాధన కోసం ఏది సరైనది అని మనస్సు ఎలా కనుగొనగలదు లేదా ఎలా నిర్ణయించగలదు? నీ మనసు ఈ దిశగా ఎంత క్రియాశీలంగా ప్రయత్నిస్తుందో అంత గందరగోళం లోపల ఏర్పడుతుంది. సాధనలో మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండాలి, దైవం పట్ల ఆకాంక్షతో స్థిరంగా ఉండాలి - నిజమైన అనుభవం, పరివర్తన లోపలి మానసిక ప్రశాంత స్థితిలో లోపల నుండి, పైనుండి ఏర్పడుతుంది.

నీ మనస్సును శాంతింప చేయడం అంటే నీకు భంగం కలిగించే విషయాల గురించి ఆలోచించడం మానేయడం, శాంతి శక్తులు తమకు తాము నీలో వ్యక్త మయ్యి పని చేయనీయడం. “లోపల నివసించడం” అన్నది స్వయంగా వస్తుంది - అంటే, నీవు అంతర్గత శాంతిని, దానితో వచ్చే చేతనను మరింతగా నీ స్వరూపంగా, మిగతావన్నీ బాహ్యమైనవిగా, ఉపరితలంలోనివిగా అనుభూతి చెందుతావు.

భగవత్ శక్తి మీద, దాని కార్యం మీద విశ్వాసం లేకపోతే, ఈ యోగం చేసే అవకాశం లేదు. ఒక వ్యక్తి మానసిక తలం అంటే మనసు వేసే ప్రశ్నలు ఆలోచనలలో మాత్రమే జీవిస్తే, ఈ యోగం సాధ్యం కాదు. యోగ సామర్థ్యానికి పరీక్ష ఏమిటంటే, మనస్సును శాంతింప చేయడం, తనలో ఒక గొప్ప దైవిక శక్తిని, మదర్ శక్తిని అనుభవించడం, శక్తిని విశ్వసిస్తూ ప్రకృతిలో దాని కార్యానికి విరుద్ధంగా ఉన్న ప్రతిదాన్ని తిరస్కరించడం ద్వారా దాని పనితీరుకు సహాయం చేయడం.

CWSA 31 : 27 - 28 *శ్రీ అరవిందులు*

ప్రకరణం 4 :

చేయగలిగినంత చక్కగా పనిచేయడం

పనిమొత్తం ఒక అనుభవ పాఠశాల

నీవు ఏమీ చేయకపోతే, నీకు ఎలాంటి అనుభవం కలుగదు. జీవితమంతా ఒక క్షేత్రం. నీవు చేసే ప్రతి చర్య, నీకు కలిగే ప్రతి ఆలోచన, నీవు చేసే ప్రతి పని, ఒక అనుభవం కావచ్చు, తప్పనిసరిగా అది అనుభవం అవుతుంది. సహజంగా పని అనేది ఒక అనుభవ క్షేత్రం. కాబట్టి అంతర్ముఖం అయ్యేందుకు కావలసిన సమస్త పురోగతి కొరకు ఈ అనుభవాల మైదానాన్ని ఉపయోగించుకోవాలి.

నీవు చేసే పనిని సరిగా చేయక చింతనలో, ధ్యానంలో ఉండిపోయినట్లైతే నీవు పురోగతి సాధించావో లేదో నీకు తెలియదు. నీవు భ్రమలో ఉంటావు. పురోగతి సాధించాను అన్న భ్రమలో ఉంటావు. నీవు పనిచేయడం ప్రారంభించినట్లైతే నీ పనికి సంబంధించిన అన్ని పరిస్థితులు, ఇతరులతో నీ సంబంధాలు, భౌతిక పరిస్థితులు అంతా ఒక అనుభవక్షేత్రమౌతుంది. దీని ద్వారా నీవు సాధించిన పురోగతి, సాధించవలసిన అభివృద్ధిని గూర్చి తెలుసుకొంటావు. పని చేయకుండా నీలో నీవు నిమగ్నుడవై వున్నట్లైతే నీవు పూర్తిగా నీ కల్పిత భ్రమలోనే ఉంటావు. ఏ క్షణమైతే నీవు నీ చర్యలను బహిర్గతం చేసి ఇతరులతో, పరిస్థితులతో, భౌతిక వస్తుజాలంతో సంపర్కంలోకి వస్తావో, అప్పుడు నీవు ఖచ్చితంగా పురోగతిని సాధించావో లేదో నీకు తెలుస్తుంది. పని చేయడం ద్వారా, నీవు మరింత ప్రశాంతంగా, చైతన్యవంతంగా, దృఢంగా, నిస్వార్థంగా ఉన్నావా, ఎలాంటి బలహీనతలు, కోరికలు, ప్రాముఖ్యతలు, ఎలాంటి అవిశ్వాసం లేకుండా ఉన్నావా అనేది అంతా నీవు క్రియాశీలుడిగా ఉన్నప్పుడే గమనించగలవు. నీవు పూర్తిగా వ్యక్తిగతమైన ధ్యానంలో నిమగ్నమైతే, నీవు పూర్తిగా భ్రమలో ఉండవచ్చు. దానినుండి ఎప్పటికీ బయటకు రాలేవు. నీవు అసాధారణ విషయాలను గ్రహించానని విశ్వసిస్తావు. ఆ ధ్యాన నిమగ్నతలో జరిగేది కేవలం ఊహాత్మకమైన ఆభాస మాత్రమే. ఆ విధంగా నీవు కల్పించుకొనేది భ్రమనే.

CWM 7 : 287 - 288

బాహ్య జీవితం, నిత్యం జరిగే క్రియాకలాపం, ప్రతిక్షణం మేం చేసే గంటలపాటు ధ్యానానికి, చింతనకు సంబంధించిన అత్యావశ్యకమైన సంపూరకం కాదా? ప్రతి ఒక్కరికి ఇవ్వబడిన సమయం సాక్షాత్కారానికి, దానికోసం సంసిద్ధమవడానికి చేయబడే ప్రయత్నానికి మధ్యలో ఉన్న ఖచ్చితమైన దామాషా కాదా? ధ్యానం, ఏకాగ్ర చింతనకు ఐక్యతే ఫలితంగా లభిస్తుంది. పుష్పమన్నది వికసిస్తుంది; మా నిత్య కార్యకలాపం (కమ్మరి దగ్గర ఉండే) దాగలి లాంటిది. దాని ద్వారానే ధాతువులన్నీ చింతన అందించే ఉద్దీపన కోసం శుద్ధీకరింపబడేందుకు, పరిశుద్ధతను పొందేందుకు నిలపబడాలి, దాని ప్రభావానికి లోనుకావాలి. ఆ ధాతువులన్నీ సమగ్రాభివృద్ధి కోసం బయట కార్యకలాపం అవసరం లేకుండా పోయే మునుపే ఒక దాని తరువాత ఒకటిగా దాగలిపై విశుద్ధీకరించబడాలి. ఉద్దీపన, రూప నిర్మాణమనే ద్వైత కార్యానికి చేతనకు సంబంధించిన అన్ని కేంద్రాలు మేల్కొనడానికి ఈ క్రియాకలాపం నిన్ను అవతరింప చేయడానికి సాధనంగా మళ్ళుతుంది. కాబట్టి అహంకార దర్పం, సంతృప్తి అనేవి తుచ్ఛ అవరోధాలు. చాలా అణుకువతో అసంఖ్యాక ధాతువుల్లో, కొన్నింటిని శుద్ధి చేసి, రూపు దిద్దుకొనేందుకు లభించే చిన్న చిన్న అవకాశాల వల్ల కల్గే ప్రయోజనాన్ని పొందాలి. ఆ ధాతువుల్ని, అనువుగా మార్చి, వ్యక్తిగత నిరపేక్షంగా చేయడానికి, స్వార్థ విస్మరణను, పరిత్యాగాన్ని వాటికి బోధపర్చి, సౌమ్యతను, కారుణ్యాన్ని, భక్తిని వాటిలోనే పెంపొందించాలి. ఎప్పుడైతే ఈ వ్యక్తి ఉనికిలోని వైఖరులన్నీ వాటికి అలవాటైపోతాయో అప్పుడివి చింతనలో పాల్గొనడానికి, పరమ ఏకాగ్రతలో నీతో వాటిని అవి తాదాత్మ్యం చేసుకోవడానికి సంసిద్ధమౌతాయి. అందుకే ఆకర్షణీయమైన మార్పులు సమగ్రమవ్వకపోయినా, ఇది శ్రేష్ఠమైనదై మందకొడిగా, సుదీర్ఘంగా సాగే కార్యంగా నాకు అనిపిస్తుంది. అవి వ్యక్తికి సంబంధించిన దిశాజ్ఞానాన్ని మార్చుతాయి. ఖచ్చితంగా ఋజుమార్గంలో పెడతాయి. కాని లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడంలో ప్రతి క్షణం, అన్ని విధాలా, అసంఖ్యాకమైన అనుభవాల అవసరాన్ని మనిషి తప్పించుకోలేడు.

CWM 1 : 6 - 7 — *శ్రీమాత*

పని యోగ సాధనలో భాగం. అది ఈ ప్రాణికానికి దాని క్రియాకలాపాల్లోకి శక్తిని, ప్రకాశాన్ని భగవత్ సన్నిధిని ఆహ్వానించడానికి గాను ఉత్తమ అవకాశాన్ని అందిస్తుంది. అది సమర్పణ అవకాశాన్నీ, క్షేత్రాన్ని విస్తరింపచేస్తుంది.

CWM 32 : 247 — *శ్రీ అరవిందులు*

వికాసశీలమైన పరిపూర్ణత

తన స్వంత వ్యక్తిగత ఇష్టాలను తన లక్ష్యంగా పెట్టుకోకూడదు. ఇదే మొదటి నియమం.

నిర్భయత్వం, ధైర్యం, పట్టుదల అనేవి కావలసిన ప్రాథమిక లక్షణాలు.

తెల్సుకోవల్సిన దానితో పోలిస్తే తనకు ఏమీ తెలియదని, చేయవలసిన దానితో పోలిస్తే తాను ఏమీ చేయలేదని, ఉండవలసిన దానితో పోలిస్తే, తాను ఏమీ కాదు అనే స్పృహతో వ్యక్తి

ఉండాలి.

తన స్వభావంలో ఏమి లోపించిందో, దాన్ని పొందాలన్నా, ఇప్పటివరకు తనకు తెలియని దాన్ని గురించి తెలుసుకోవాలన్నా, ఇంతవరకు తాను సాధించలేని దాన్ని సాధించాలన్నా వ్యక్తిలో ఒక దృఢమైన సంకల్పం ఉండాలి.

వ్యక్తిగత కోరికలు లేకపోవడం వలన జనించే శాంతి, ప్రకాశాలతో నిరంతరం పురోగమించాలి.

ప్రతిక్షణం మంచిగా పురోగమించడాన్ని ఒక ప్రణాళికగా తీసుకోవాలి.

దైవాన్ని తెలుసుకొని, దైవాన్ని అవతరింపజేయడమే ఏకైక లక్ష్యంగా తీసుకోవాలి.

సహనంతో కూడిన పట్టుదలతో ఉండు. నీవు ఈ రోజు సాధించలేక పోయింది, రేపు సాధించగలవు.

CWM 16 : 430

సమస్యకు తగిన సమాధానం మన దగ్గర ఉంది. ప్రతి నిమిషం ఒక ఆకాంక్షతో నీ సంకల్పం యొక్క బహుమతిని తయారు చేసుకోవచ్చు. ఒక ఆకాంక్ష దానికదే చాలా సరళంగా, ఏదో "ఓ ప్రభూ నీ ఇచ్ఛయే జరుగుగాక", అని మాత్రమే కాక "నేను ఎంత అత్యుత్తమంగా చేయగలనో అంత పనిని నాకు అనుగ్రహించు" అని స్పష్టపర్చుకొంటుంది.

ప్రతిక్షణం ఏది అత్యుత్తమమైనదో నీకు తెలియకపోవచ్చు లేదా ఎలా చేయాలో తెలియకపోవచ్చు. కాని సాధ్యమైనంత శ్రేష్ఠమైనదే కావాలని, శ్రేష్ఠమైనదే చేయాలని నీ ఇచ్ఛను దైవానికి సమర్పించు.

అద్భుతమైన ఫలితాలను నీవు చూస్తావు. చేతనతో, నిజాయితీ, పట్టుదలతో దానిని చెయ్యి. నిన్ను నీవు భారీ అంగలతో పురోగమిస్తున్నట్లు గమనిస్తావు. తన అంతరాత్మలో పూర్తి

ఉత్సాహంతో, తన పూర్తి సంకల్పబలంతో పనులు చేయాలి. ప్రతిక్షణం శ్రేష్ఠంగానే చేయాలి, అత్యుత్తమంగా చేయాలి. ఇతరులు చేసేదాంతో మనకు సంబంధం లేదు. దీనిని నేను మళ్ళీ మళ్ళీ పునరావృతం చేసి చెప్పలేను.

ఎప్పుడూ, "ఫలానా వారు దీనిని చేయలేరు, వారు వేరే విధంగా చేస్తారు. అతడు చేయకూడని దానిని చేస్తాడు" అని చెప్పకు - అది నీకు అనవసరమైన విషయం.

ఈ శరీరాన్ని వీలైనంత సచేతనంగా ఉంచుతూ, దానిని పరమాత్మ యొక్క అత్యంత పరిపూర్ణమైన, అత్యంత చైతన్యవంతమైన సాధనంగా మార్చడం కొరకు నీవు భౌతిక శరీరంతో ఈ భూమిపై ఉన్నావు. దైవం నీకు మానసిక, ప్రాణిక, భౌతిక తలాలతో కూడిన సారద్రవ్యాన్ని ఆయన ఆశించేదానికి దామాషా పద్ధతిలో ఇచ్చాడు. నీ చుట్టూ ఉన్న పరిస్థితులన్నీ కూడా ఆయన నీ నుండి ఆశించే దానికి దామాషాగానే ఉన్నాయి. ఎవరైతే నీతో "నా జీవితం చాలా అధ్వాన్నంగా ఉంది, నేను చాలా దుర్భరమైన జీవితాన్ని అనుభవిస్తున్నాను" అని అంటారో, వాళ్లు గాడిదలు! ప్రతి ఒక్కరికి సంపూర్ణ అభివృద్ధికి తగిన జీవితమే ఉన్నది, తన సంపూర్ణ అభివృద్ధికి దోహదం చేసే అనుభవాలే అతని ముందున్నాయి. తన సంపూర్ణ సిద్ధికి సహాయం చేసే కష్టాలే ప్రతి ఒక్కరి విషయంలో ఉన్నాయి.

CWM 4 : 117-18 — శ్రీమాత

నీవే పని చేసినా, ఎంత పరిపూర్ణంగా చేయగలవో అంత పరిపూర్ణంగా చెయ్యి. అది మనిషిలోని పరమాత్మకు చేసే సేవ.

నీ కార్యంలో పరిపూర్ణతకు లోపం రాకూడదనేది నీ ఆదర్శం కావాలి. నీవు తప్పకుండా దైవానికి ఒక నిజమైన ఉపకరణం కాగలవు.

CWM 14 : 306, 304 — శ్రీమాత

ఇది మీకు తెలుసా ?

మన కర్మలకు అధిపతి, వాటిని నడిపించేవాడు ఒకరే, ఆయన విశ్వజనీనం, సర్వోన్నతం, శాశ్వతం, అనంతం. మనకు పైన వున్న సర్వాతిశయ అజ్ఞేయుడు, లేదా అజ్ఞేయ సమగ్రుడు, అప్రకటిత, అనభివ్యక్త అనిర్వచనీయుడు : కానీ సర్వ జీవుల ఆధ్యాత్మ, సకల ప్రపంచాల అధిపతి, సమస్త ప్రపంచాలను అతిశయించువాడు, ప్రకాశం, మార్గదర్శకుడు, సర్వసౌందర్యం, సకల ఆనందం, ప్రేమించబడువాడు, ప్రేమించువాడు కూడ ఆయనే. ఆయనే విశ్వాత్మ మన చుట్టూ వున్న సృష్ట్యాత్మక శక్తి: ఆయన మనలోని అంతర్వర్తి. వున్న సమస్తమూ ఆయనే, వున్నదానికన్నా ఆయన ఎక్కువ, మనకు ఎరుక వున్నా లేకపోయినా మనం ఆయన అస్తిత్వం లోని అస్తిత్వం, ఆయన శక్తి యొక్క శక్తి, ఆయన నుండి ఉత్పాదించిన చైతన్యంతో వున్న చేతన: చివరకు మన మర్త్య అస్తిత్వం కూడ ఆయన పదార్థంతో తయారుచేయబడి వుంది, మనలో ఒక శాశ్వతత్వం వుంది. అది నిరంతరం వుండే దివ్య ప్రకాశం, దివ్యానందాల ఒక విస్ఫులింగం. మన అస్తిత్వానికి చెందిన ఈ సత్యం గురించి తెలుసుకోవడానికి జ్ఞానము, కర్మ, ప్రేమల వంటి ఏ మార్గమైనా ఫరవాలేదు, దానిని వాస్తవం చేసుకోవడం, ఇక్కడ లేదా ఎక్కడైనా దానిని ప్రభావవంతం చేసుకోవడం మొత్తం యోగలక్ష్యం.

కర్మల అధిపతి సాధకునికి ఒక్కసారిగా తనను తాను ప్రకటించుకోడు. తెర వెనుక వుంటూ ఎప్పటికీ పనిచేసేది ఆయన శక్తే, కానీ కర్తృత్వ అహాన్ని మనం త్యజించినపుడు మాత్రమే ఇది అభివ్యక్తమవుతుంది, మన పరిత్యాగం ఇంకా ఇంకా సంపూర్ణమవుతున్న కొద్దీ దానికి తగినట్లుగా దీని ప్రత్యక్ష చలనం ఎక్కువవుతూ వుంటుంది. ఆయన దివ్యశక్తికి మన సమర్పణ సమగ్రమైనపుడు మాత్రమే ఆయన సంపూర్ణ ఉనికిలో వసించే హక్కును మనము కలిగివుంటాము.

దీర్ఘమైన ఈ మార్గంలో మొదటి అడుగు మన సకల కర్మలను ఒక యజ్ఞంగా మనలో, ప్రపంచంలో వున్న దైవానికి అర్పించడం, రెండవ అడుగు మన కర్మల ఫలితంతో వున్న అనుబంధాన్ని త్యజించడం, మూడవ అడుగు కేంద్ర అహాన్ని, కర్తననే అహంభావనను నివృత్తి చేయడం.



మార్మికప్రపంచమును తెలిసిన , నిర్దేశించుచున్న ఒక దివ్యజ్ఞానం.
తన అస్తిత్వమును, సంఘటనలను రూపొందించే ఒక దివ్య సత్య వీక్షణ.
సావిత్రి 271, *శ్రీ అరవిందులు*

ప్రకరణం 5 :

ఎల్లప్పుడూ నావైపు తిరిగి ఉండటం

మనలో సాధన చేసేది దైవమే

విశ్వంలో జరిగిన అన్నింటిలో సమస్త చర్యల వెనుక దైవం తన శక్తి ద్వారా నిలిచి వున్నాడు, కానీ ఆయన తన యోగమాయతో తెర వేయబడి నిమ్నప్రకృతి లోని జీవుని అహంకారం గుండా పనిచేస్తాడు.

యోగంలో కూడ దైవమే సాధకుడు, ఆయనే సాధన. ఆయన శక్తి యొక్క ప్రకాశం, శక్తి, జ్ఞానము, చైతన్యము,ఆనందములతో ఆధారం మీద పనిచేస్తూ, ఎప్పుడైతే అది ఆమెకు ఉన్మీలనమవుతుందో అప్పుడు సాధనను సుసాధ్యం చేసే దివ్యశక్తులను అందులోకి ప్రవహింపజేస్తుంది.

దైవం పట్ల నిజమైన ప్రేమ అంటే తనను తాను ఇచ్చుకోవడం, కోరిక నుండి స్వేచ్ఛగా వుండటం, విధేయత, సమర్పణ కలిగివుండటం అది దేనిని కోరదు, ఏ స్థితిని విధించదు, ఎలాంటి బేరాన్ని చేయదు, ఈర్ష్య, అతిశయము, కోపములకు చెందిన ఏ రకమైన హింసతో తృప్తిపడదు. ఎందుకంటే ఇవన్నీ దాని నిర్మాణంలో లేవు.

దీనికి బదులుగా దివ్యజనని కూడ తమను తాము ఇచ్చుకుంటారు,కానీ స్వేచ్ఛగా- ఇది ఒక ఆంతరిక అర్పణకు సంకేతం- నీ మనసు, ప్రాణము, భౌతిక చైతన్యాలలోని ఆమె ఉనికి, నిన్ను దివ్యప్రకృతిలోకి పునఃసృష్టించే ఆమె శక్తి, నీ అస్తిత్వం లోని సమస్త చలనాలను తీసుకుని వాటిని పరిపూర్ణత, సఫలతల వైపుగా నిర్దేశిస్తుంది, ఆమె ప్రేమ నిన్ను ఆవరించుకుని తన హస్తాలలో నిన్ను మోస్తూ, భగవంతుని వైపుగా తీసుకెళుతుంది.

క్రింది పదార్థం వరకు నీ అన్ని భాగాలలో నువ్వు ఆకాంక్షించవలసింది ఇదే, ఇక్కడ కాలం గురించి గానీ, పూర్ణత గురించి గానీ పరిమితి లేదు.

- శ్రీఅరవిందులు

ప్రశ్న : అమ్మా ! దైవం సాధన ఎలా అవుతాడు ?

ఎందుకంటే మన అస్తిత్వంలో సాధన చేసేది దైవమే. దైవం లేకుండా సాధన వుండదు. దాని గురించి నీకు తెలియదు అంతే....నువ్వు

అనుకుంటావు- చేస్తున్నది నువ్వేనన్న భ్రమలో వుంటావు. యధార్థంగా నువ్వు ఈ భ్రమలో వున్నంతవరకూ నువ్వు ప్రయత్నం చేస్తూ వుండవలసిందే, కానీ సత్యమేమంటే నీలో సాధన చేస్తున్నది దైవమే, దైవం లేనిదే సాధన వుండదు.

ప్రశ్న : ఇక్కడ "దైవమే సాధకుడు, ఆయనే సాధన" అని వ్రాసివున్నది (ఇంకో విద్యార్థి) అయితే అమ్మా మనం ఎందుకు ప్రయత్నం చేయాలి? సాధన చేస్తున్నది దైవమే అయినపుడు ఆయనే చేయనీ. అప్పుడు స్వప్రయత్నం ఎక్కడ వుంది?

యధార్థంగా అవును, ఇది మనుష్యులు సోమరితనంతో చెప్పేది! నువ్వు సోమరి కాకపోతే నువ్వు ఇలా మాట్లాడవు! (బిగ్గర నవ్వు)

ప్రశ్న : వ్యక్తిగత ప్రయత్నం అంటే ఏమిటి ?

ఏ ప్రయత్నం వ్యక్తిగతమని భావిస్తామో అది. నువ్వు ప్రత్యేక వ్యక్తివనే ఎరుక నీలో వుంది. నువ్వు దైవమని, దైవమేనని భావిస్తున్నావా? కాదు (నవ్వుతూ) భగవంతుడంటే ఇది- నువ్వు మనోజ్ వని భావిస్తున్నంతవరకు, మనోజ్ ప్రయత్నం చేయాలి. నువ్వు మనోజ్ అన్న భావన నీ నుండి పూర్తిగా తొలగించుకోగలిగితే అప్పుడు దైవం తప్ప వేరేది కాదు, ప్రయత్నం చేసేది దైవమే. సహజంగా. అక్కడ మనోజ్ ఉన్నంతవరకు ప్రయత్నం చేస్తున్నది మనోజే.

ప్రశ్న : కానీ మనోజ్ ప్రయత్నం చేస్తున్నపుడు, మనోజ్ లోని దైవమే కదా ప్రయత్నం చేసేది?

ఒకవేళ మనోజ్‌కు దాని గురించి ఏమీ తెలియదనుకో !(నవ్వుతూ) దైవం లేకపోతే మనోజ్ ప్రయత్నం చేయలేడని నేను అంటాను. కానీ మనోజ్ ఇంకా దానిని తెలుసుకునే స్థితిలో లేడు, కాబట్టి తానే ప్రయత్నం చేస్తున్నానని అనుకుంటున్నాడు.

మనోజ్: కానీ ఇప్పుడు ఈ రోజు నేను తెలుసుకున్నానని మీరు అన్నారు కనుక....

(వెంటనే) హ, హ, హ, హ !..... (బిగ్గరగా నవ్వుతూ) మానసిక జ్ఞానం సరిపోదు, నీకు అనుభవ జ్ఞానం వుండాలి.

- శ్రీమాత

దైవం వైపు ఉన్మీలనం

ఉన్మీలనం అంటే మదర్ వైపు మళ్ళడాన్ని నిలిపి వుంచే ఒక చైతన్యస్థితి, ఇది ఇతర చలనాల నుండి స్వేచ్ఛగా వుంటూ,దైవం నుండి పొందే దానిని ఆశిస్తూ, దానిని అందుకొనే శక్తి కలిగి వున్న స్థితి.

ఉన్మీలనం అంటే సరళంగా మదర్ వైపుకు మళ్ళడం, అలా నీలో ఏదీ ఆమె చర్యను నిరాకరించకుండా, ఆటంకపరచకుండా, ఆమె శక్తి పనిచేయగలగాలి. ఒకవేళ మనసు తన స్వంత భావనలలో మూసుకుపోయి, ప్రకాశాన్ని, సత్యాన్ని దానిలోకి తీసుకురావడానికి అనుమతించకుండా నిరాకరిస్తే, ప్రాణము తన కోరికలకు అంటిపెట్టుకుని మదర్ శక్తి తీసుకువచ్చే నిజమైన ప్రేరణాత్మక ప్రచోదనలను అనుమతించకపోతే, భౌతికం తన కోరిక, అలవాట్లు, జడత్వము లలో మూసుకుపోయి దానిలోకి ప్రకాశం, శక్తులు ప్రవేశించి, పనిచేయడానికి అనుమతించకపోయినా వ్యక్తి ఉన్మీలనం కానట్లే.

సమస్త చలనాలలో, అన్నీ ఒకేసారి ఉన్మీలనం కావడం సాధ్యం కాదు, కానీ ప్రతి భాగంలో ఒక కేంద్ర ఉన్మీలనం, మదర్ పనివిధానాలను మాత్రమే అనుమతించడానికి ప్రతిభాగంలో ఒక ప్రబలమైన ఆకాంక్ష లేదా సంకల్పం (కేవలం మనసులోనే కాకుండా) వుండాలి, అప్పుడు మిగిలినదంతా పురోగమిస్తుంది.

ఎల్లవేళలా దివ్యశక్తితో సంసర్గం లో వుండు. నువ్వు చేయవలసిన ఉత్తమకార్యం దానిని తన స్వంత కార్యం నిర్వర్తించడానికి అనుమతించడం: ఎక్కడ అవసరమైతే అక్కడ, అది క్రింది శక్తులను ఆధీనం లోకి తీసుకుని వాటిని శుద్ధి చెందిస్తుంది. ఇతర సమయాలలో వాటిని నీనుండి ఖాళీచేసి తనతో నిన్ను నింపుతుంది. ఒకవేళ నువ్వు నీమనసును నిర్దేశించనిస్తే, ఏది చేయాలో చర్చించి, నిర్ణయం తీసుకునేట్లు చేస్తే అప్పుడు దివ్యశక్తితో సంసర్గాన్ని కోల్పోతావు, క్రిందిశక్తులు తమకార్యం కొరకు చర్య తీసుకోవడం మొదలుపెడతాయి, అంతా గందరగోళం లోకి, ఒక తప్పుడు చలనంలోకి పరిణమిస్తుంది.

ఉన్మీలనం అన్నది సంకల్పం, నిజాయితీ, ఆకాంక్షల చేత తనంతటి తానే జరిగే అంశం.

ఉన్మీలనానికి ఉత్తమ విధానం సమర్పణ: అయితే సమర్పణ లేనపుడు ఆకాంక్ష, నిశ్శబ్దాలు ఒక నిర్దిష్ట దశ వరకే పనిచేస్తాయి.

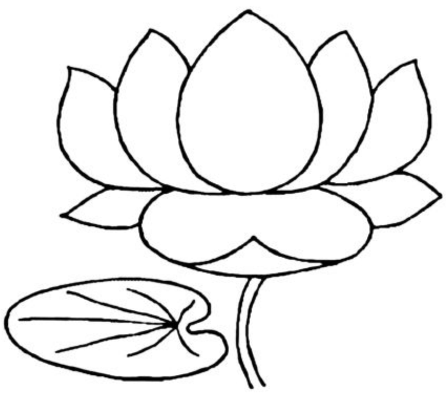
నిరంతరం గుర్తుంచుకోవడం ద్వారా మాత్రమే అస్తిత్వము పూర్తి ఉన్మీలనానికి సిద్ధమవుతుంది.

మదర్‌కు ఉన్మీలనమై వుండటమంటే ఎప్పటికీ నిశ్శబ్దంగా, సంతోషంగా, ఆత్మవిశ్వాసంతో వుంటూ, అలజడిగా, దుఃఖంగా, బేజారుగా వుండకుండా ఆమె శక్తి నీలో పనిచేస్తూ, నిన్ను నిర్దేశిస్తూ, నీకు జ్ఞానాన్ని, శాంతిని, ఆనందాన్ని నీలో పనిచేయనివ్వడం.

నీ వరకు ఆ శక్తి ఎటువంటి ప్రయత్నము లేకుండా ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుందన్నది నిజం. అయితే దాని కార్యానికి అవరమైనది ప్రయత్నం కాదు, అస్తిత్వ ఆరోహణ.

యోగంలో అంతర భావన అదే - ఒక యుక్తమైన కర్మణ్యార్థకత చేత వ్యక్తి తన పరిమితత్వం కన్నా ఉన్నతమైనదానికి తనను తాను ఉన్మీలనం చేసుకుంటాడు, ఆ స్థితిని పొందడానికి మాత్రమే ప్రయత్నం ఉపయోగ పడుతుంది.

యోగిగా లేదా ఒక సన్యాసిగా లేక ఒక తపస్విగా వుండటమనేది ఇక్కడ ముఖ్యలక్ష్యం కాదు. రూపాంతరం ముఖ్య లక్ష్యం, ఈ రూపాంతరీకరణ నీ స్వీయశక్తి కన్నా అనంతంగా గొప్పదైన శక్తి చేతనే సాధ్యమవ్వగలదు. దివ్యమాత హస్తాలలో నిజమైన ఒక చిన్నపిల్లవాడిలా వుండటం ద్వారానే ఇది జరుగగలదు.



తెరచుకోవడం ఎలా?

ప్రప్రథమంగా మీరు ఆ అవసరాన్ని అనుభూతి చెందాలి. ఇది చాలా ముఖ్యమయిన విషయం. ఒక విధమైన ఆంతరంగికమయిన నమ్రత ఉండాలి. ఆ కృప లేకుంటే మీరెంత అసహాయులో అది తెలియచేస్తుంది, అది నిజానికి మీరెంత అసంపూర్ణులు, అశక్తులు అనే విషయపు ఎరుకను కలగచేస్తుంది.

ఒక వ్యక్తి ఈ అనుభవాన్ని చక్కగా పొందవచ్చు. ఏమీ తెలియని వ్యక్తులు కూడా చాలా క్లిష్టమయిన పరిస్థితులలో ఉండటం మీరు చూస్తుంటారు లేదా ఒక సమస్యను పరిష్కరించవలసి వస్తుంది. లేదా ఒక స్పందనను అధిగమించవలసి వస్తుంది లేదా ఏదైనా ఒక సంఘటన వారిని కలవరపెట్టి ఉంటుంది. అప్పుడు వారు సమస్యలో చిక్కుకున్నట్లు గుర్తిస్తారు. ఏమి చేయాలో దిక్కుతోచదు. అప్పుడిది సంభవిస్తుంది. వారి లోపల ఒక విధమైన ఆక్రందన, ఒక పిలుపు, తాము చేయలేని దానిని చేయడం ఒక శక్తి కోసం పిలుపు వెలువడుతుంది. వ్యక్తి తాను సాధించలేని దానిని చేయగల ఒక శక్తి కోసం ఆకాంక్షిస్తాడు.

ఇది మొదటి షరతు. అపుడు కేవలం కృప మాత్రమే దానిని చేయగలదనే ఎరుకను మీరు పొందినప్పుడు, మీరున్న స్థితినుండి కేవలం దివ్య కరుణ మాత్రమే మిమ్మల్ని బయట పడవేయగలదు. మీ సమస్యను పరిష్కరించి, మీరు దానినుండి బయటకు రాగల శక్తిని యిస్తుంది. అపుడు చాలా సహజంగా మీలో ఒక తీవ్రమయిన ఆకాంక్ష జాగృతమవుతుంది. ఒక వికసనంగా అనుసరించబడే ఒక చేతన ఉదయిస్తుంది. మీరు పిలిచినట్లయితే, ఆకాంక్షించినట్లయితే, సమాధానం కోసం ఆశించినట్లయితే మీరు చాలా సహజంగా దైవకృపకు తెరుచుకోగలుగుతారు.

తరువాత ఈ విషయంపై మీరు చాలా ధ్యాస ఉంచవలసి వస్తుంది. (శ్రీమాత తన వేలును పెదవిపై ఉంచుతారు.) ఆ కృప మీకు సమాధానమిస్తుంది. మిమ్మల్ని ఆ కష్టం నుండి గట్టెక్కిస్తుంది. కానీ ఒకసారి మీరా సమస్య నుండి విడివడి, కష్టంనుండి బయటపడిన తరువాత మిమ్మల్ని బయటకు తీసుకువచ్చింది ఆ కృపయేనని మరచిపోకండి. ఎందుకంటే అది మీవలన జరగలేదు.

నిజానికిదే ముఖ్యమయిన విషయం. చాలామంది కష్టం దాటాక, 'నేను కష్టం నుండి బాగానే బయటపడిపోయాను' అనుకుంటారు.

అక్కడే ఉంది. అపుడు మీకా తలుపును మూసి గడియ పెట్టేసుకున్నట్లే. మీకు తెలుసా? మీరు ఆపై దేనినీ అందుకోలేరు. ఇటువంటి మూర్ఖత్వం మీలో పోవాలంటే, మీరేమి చేయాలన్నా మీరు అశక్తులు అని గుర్తించాలి. మళ్ళీ మీకొక ఆకస్మికమయిన వైపరీత్యమేదో సంభవించాలి. లేదా ఒక భయంకరమైన కష్టం కలగాలి. ఎందుకంటే మీరు శక్తిహీనులని తెలుసుకున్నపుడే మీరు ఎంతో కొంత తెరుచుకోవటం నమనీయం కావటం ప్రారంభమవుతుంది. కానీ, మీరు చేసేదంతా మీ సొంత ప్రావీణ్యతపై, మీ సామర్థ్యంపై ఆధారపడిందని భావించినంత వరకూ మీరొక ద్వారాన్ని మూసివేస్తారు. ఒకటి మాత్రమే కాదు ఒక దాని మీద మరొకటి అలా అనేకమయిన ద్వారాలను మూసి గడియ వేస్తారు. మిమ్మల్ని మీరొక కోటలో బంధించుకుంటారు. అక్కడికి ఏవీ అడుగుపెట్టలేవు. అదొక పెద్ద లోపం - దానిని వ్యక్తి చాలా త్వరగా మరచిపోతాడు. చాలా సహజంగా అక్కడ వ్యక్తి తన స్వంత సామర్థ్యంతో తృప్తి పడిపోతాడు.

స్వీకరణశక్తి పెరగాలి

తెరుచుకోవటం అంటే దివ్యశక్తిని స్వీకరించి, ఆ శక్తిని, ప్రభావాన్ని ప్రగతి కోసం వినియోగించుకోవటం. చైతన్యంతో సంస్పర్శలో ఉండాలనే నిరంతర ఆకాంక్ష, దివ్యశక్తి, చేతన ఎల్లవేళలా మీతో, మీలో మీ చుట్టూ మోహరించి ఉన్నాయనే విశ్వాసం. మీరు వాటిని స్వీకరించే మార్గంలో మరి దేనినీ నిలువనీయకపోవటం.

*

- మీపై మరియు మీలో పనిచేస్తున్న ఆ చైతన్యానికి తెరుచుకోండి. మీరు ఉండగలిగినంత నిశ్చలంగా, ప్రశాంతంగా ఉండండి.

*

- దివ్యప్రేమకు, వెలుగుకూ మరింత తెరుచుకో. మీ చివర లేఖకు నేను పంపిన సమాధానం సరిగ్గా యిదే మీ చేతనలో యింకా ఉధృతంగా ఎదగాలి. మరింత విశాలంగా ప్రేమించండి, వెలుగుకు మరింతగా తెరుచుకోండి, అన్ని

వైషమ్యాలు అంతర్థానమవుతాయి. యోగం చెయ్యాలంటే ఈ విశ్వమంత విశాలంగా, సమగ్రంగా ఉండాలి.

CWM 14 : 151-52

ప్రశ్న : ప్రియమైన మాతా! నాకేం చేయాలో తెలియదు. నేను మీకు తెరుచుకోవాలనుకుంటున్నా కానీ ఏదో ఆ వికసనాన్ని నివారిస్తుంది.

ప్రియపుత్ర! నీ కెందుకు యిబ్బందిగా అనిపిస్తున్నదంటే నువ్వింకా నీ స్వీయసంకల్పం కాక నీ జీవితాన్ని పాలించడానికి నా సంకల్పాన్ని అనుమతించాలనే దృఢనిర్ణయానికి రాలేదు. ఈ అవసరాన్ని నువ్వు అర్థం చేసుకున్న వెంటనే అంతా చాలా సులువుగా అనిపిస్తుంది. నీకెంతో అవసరమయిన ప్రశాంతతను చివరకు పొందగలుగుతావు. ఈ ప్రయత్నం ఆకాంక్షలో నేనెపుడూ నీకు తోడుగా ఉంటాను.

ప్రశ్న : మీ చేతులెపుడూ ఏమివ్వటానికయినా సిద్ధమే. కానీ నేను కేవలం చిన్న అంశాన్ని మాత్రమే స్వీకరించగలుగుతున్నాను. ఎందుకంటే నా స్వీకరణశక్తి పరిమితం కావటం వలన. సరిగ్గా యిది ప్రపంచం యిప్పుడున్న స్థితి. ఏదయితే మన స్వీకరణ లోపం వలన చాలా దు:ఖిస్తుందో కానీ దివ్యప్రేమకు తెరుచుకోగలిగినపుడది ఎంతో ఆనంద పారవశ్యతతో జీవించగలుగుతుంది. కానీ దీనికొక పరిహారం ఉంది.

'నిజాయితీతో కూడిన నిరవధికమయిన ఆకాంక్ష'.

నా ప్రేమ మీతో ఎపుడూ ఉంటుంది. మీరు దానిని అందుకోనపుడు అనుభూతి ఉండదు. మీ స్వీకరణశక్తి లోపించింది. దానిని పెంపొందించుకోండి. అందుకు - మీరు తెరుచుకోవాలి. మిమ్మల్ని మీరు నివేదించుకున్నపుడే తెరుచుకోగలుగుతారు. ఖచ్చితంగా ఎంతో కొంత ఎరుకతో మీరు ఆ దివ్యశక్తులను, దివ్యప్రేమను మీవైపు లాక్కోవాలని ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఈ పద్ధతి సరియైనదికాదు. ఏ విధమయిన అంచనాలు లేకుండా, ఏ ప్రతిఫలం ఆశించకుండా నివేదించుకోండి. అపుడు మీకు స్వీకరించగల శక్తి వస్తుంది.

CWM 14 : 155

శ్రీమాతతో ఒక సాధకుని సంభాషణ

ఒకరోజు నేను శ్రీమాతను అడిగాను 'నేను చాలాకాలంగా యోగాన్ని అనుసరిస్తున్నాను. కాని శ్రీ అరవిందుల యోగం ఎలా చేయాలో నాకు

ఖచ్చితంగా పూర్తిగ తెలియదు. నేను పుస్తకాలన్నీ చదివి ఈ యోగం చెయ్యాలని ప్రయత్నిస్తున్నాను. కానీ నేను ఎంతవరకూ పురోగమించాననేది సరిగ్గా నాకు తెలియదు. నాకు కొంచెం సాయం చెయ్యండి' అని మదర్‌ని అడిగాను.

ఆమె అన్నారు 'నువ్వు పూర్తిగా తప్పుగా చేస్తున్నావు'

'అప్పుడు నేను ఏం చెయ్యాలి?' అని ఆమెను అడిగాను.

'నేను నీకోసం యోగాన్ని చేస్తాను' అని ఆమె సమాధానమిచ్చారు. నేను ఎంతో హర్షాతిరేకానికి గురి అయ్యాను.

'నేను ఏమి చెయ్యాలి?' అని అడిగాను.

'నిన్ను నువ్వు, నాకు యిచ్చివేసుకో. నీ యోగాన్ని నేను చేస్తాను' అన్నారామె.

'అది ఎలా?' అని నేనడిగాను.

'నువ్వు నిజాయితీగా చెయ్యాలనుకుంటున్నావా?' అని అడిగారామె.

'అవును శ్రీమాతా. తప్పకుండా' అని జవాబిచ్చాను.

'ఉదయం లేవగానే నువ్వు చేసే మొదటి పని ఏమిటి?' అడిగారు శ్రీమాత.

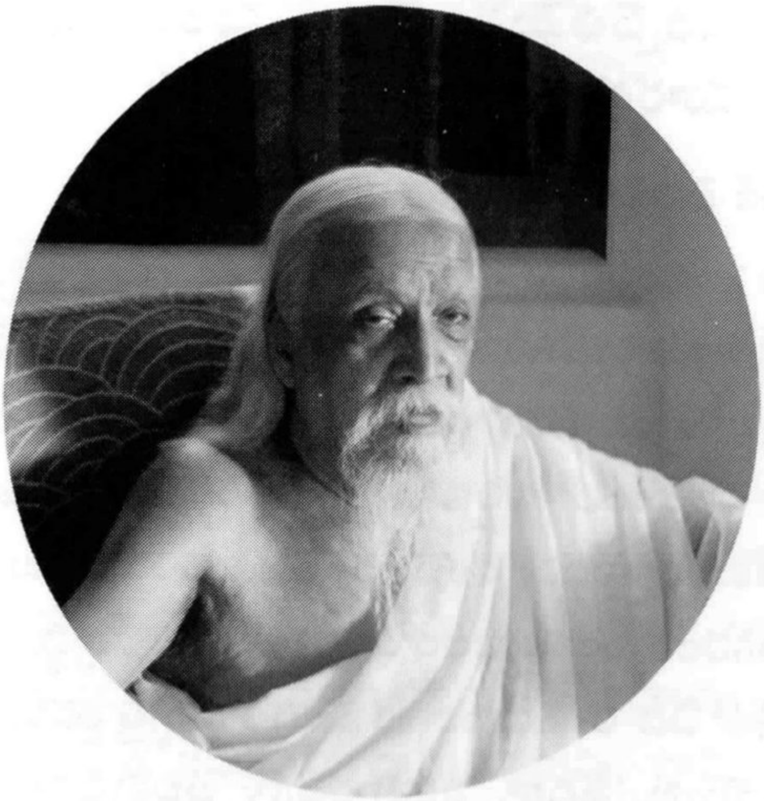
'నేను పళ్ళు తోముకుంటాను' అన్నాను. 'ఎలా కడుక్కుంటావు?' అన్నారామె.

నేను ఆశ్చర్యంగా అన్నాను 'అందరిలానే' అని.

'అలా అయితే నువ్వది చాలా చేతనారహితంగా చేస్తున్నావు. బదులుగా నువ్వు దంతధావనం చేసేటపుడు నన్ను తలుచుకో. నేను చేస్తున్నానని భావించు లేదా నువ్వు ముఖం కడుగుకొనేటప్పుడది నీతోపాటు నేను కూడా చేస్తున్నానని భావించు. తినేటపుడు నేను కూడా నీతో తింటున్నానని, నీతోపాటు ఆహారాన్ని ఆస్వాదిస్తున్నానని ఊహించుకో'.

ఆమె యింకా యిలా అన్నారు. 'నువ్వు నిద్రించే సమయంలో నువ్వు మరింతగా నా పనిపట్ల ఎరుకను కలిగి ఉండాలి. నిన్ను నిద్ర పుచ్చనీయనీ. అపుడు నీకు రాత్రంతా ఎంతో చైతన్యవంతమయిన నిద్ర వస్తుంది. మేలుకొని నువ్వు నీ రోజును ప్రారంభించినపుడు, నువ్వు దానిని ఎంతో చైతన్యవంతంగా మొదలుపెట్టగలుగుతావు'

మూలం : ఉదార్ శ్రీమాత బిడ్డలలో ఒకరు. పుట. **141.**



విశాల దృక్పథంతో చూస్తే తనను ఆంతరంగికంగానూ, దానిని ఆధారంగా చేసుకొని బాహ్యంగానూ గురువుకి, దైవానికి ప్రవర్ధమానంగా శరణాగతి చెందడంలో తన సాధన ముడిపడి వుంది. ధ్యానం, ఏకాగ్రత, కర్మ, సేవ - ఇవన్నీ లక్ష్యం వైపు నడుపుకొంటూ పోయి, పని చేయడానికి ఒక ఉన్నత శక్తి చేతుల్లో తనను అప్పగించుకొనే ఏకమాత్ర లక్ష్యంలో వ్యక్తికి చెందిన అన్ని క్రియాకలాపాలను, తన వైపుకి మళ్ళించుకొని సంఘటితం చేసుకోవడానికి సాధనాలు.

శ్రీమాత ఆ వ్యక్తి స్వభావానికి, అవసరానికి అనుగుణంగా మార్గదర్శనం చేస్తుంది, సహాయం చేస్తుంది. ఎక్కడ అవసరమైతే అక్కడ ఆమె స్వయంగా తన శక్తితో జోక్యం చేసుకొని ఆ మార్గం కోరే వాటికి, అక్కడి కాఠిన్యతలకు ఎదురు నిలవగల సామర్థ్యాన్ని అతనికి అందిస్తుంది. సంపూర్ణమైన ప్రేమ, శాంతి, జ్ఞానం, చేతన స్వయంగా తానే అయ్యున్న శ్రీమాత స్వయంగా తన సహాయం కోసం ఎదురుచూచే ప్రతి ఆకాంక్షా పూరిత అంతరాత్మ ఎదుట ప్రత్యక్షంగా వుంది.

CWSA 32 : 332

శ్రీ అరవిందులు

అహంకార కేంద్రితమైన ధోరణి నుండి దైవకేంద్రితమైన ధోరణిలోకి మారడం

(నీ అస్తిత్వానికి దైవాన్ని సజీవకేంద్రంగా చేసుకో)

సాధనకు సంబంధించిన తొలి దశలో, అంతా - ప్రతి ఒక్కరూ అహంకార కేంద్రితంగానే ఉంటారు. దానిలో ఎప్పుడూ తన స్వీయసాధన, స్వీయప్రయాస, స్వీయఅభివృద్ధి, స్వీయ పరిపూర్ణత, స్వీయ సిద్ధి అనేదే ముఖ్య భావన. అది చాలామంది విషయంలో నిర్నిరోధమైనది. ఎందుకంటే ఆ వ్యక్తిగతమైన ప్రయత్నం లేకుండా ప్రథమ దశలో ఆవశ్యకమైన మార్పులు లేకపోవడంతో ప్రోద్బలం, తగినంత సంకల్పబలం ఉండవు. ఈ అభివృద్ధి, పరిపూర్ణత లేదా సిద్ధి అనే వాటిలో ఏదీ ఈ అహంకారిక కేంద్రిత ప్రవృత్తి దైవకేంద్రిత ప్రవృత్తిగా, దివ్యచేతన యొక్క సిద్ధిగా, పరిపూర్ణతగా, అభివృద్ధిగా, ఆ దివ్యచేతన సంకల్పం, దాని వినియోగం ఈ శరీరంలో జరిగేలా మారిపోనంత వరకు, ఎటువంటి మిశ్రమంకాని శుద్ధమైన చరమ స్థితి లేదా పరిపూర్ణ స్థాయిని, నిజంగా అది సంతరించుకోదు. అవన్నీ గౌణ విషయాలు అయినప్పుడు దైవం యెడల భక్తి, దైవాన్ని ప్రేమించడం, శరీరంలో, హృదయంలో, సంకల్పంలో చేతనపరంగా దైవంతో ఏకత్వం పొందడం అన్నది ఏకమాత్ర దివ్యసంకల్ప సాఫల్యత అవుతుంది. ఈ ధోరణి అంతరాత్మకు దుర్లభమైనది కాదు. దీని సహజమైన స్థితి, సంవేదన.... అదే.

CWSA 31 : 229

కృష్ణుని నేరుగా సరళమైన ధోరణిలో ఎందుకు సమీపించకూడదు? సరళంగా సమీపించడం లేదా ఆ ధోరణితో ప్రవర్తించడమంటే విశ్వాసంలో ఉండటమని. నీవు ప్రార్థిస్తే ఆయన ఆలకిస్తాడనే నమ్మకం. జవాబు రావడంలో కొంత సమయం తీసుకొన్నా, ఆయనకు అంతా తెలుసునని, నిన్ను ప్రేమిస్తాడని, కాలం ఎంపికలో అతడు కుశలుడని నీవు విశ్వసించు. అంతలోపల నిశ్శబ్దంగా ప్రదేశాన్ని శుభ్రపర్చు, తద్వారా రాళ్ళురప్పలు, పొదలపైన ఆయన సాగిరాకూడదు. నీవు ఏమి చెప్పినా ఈ మానవుని కష్టాలు, సంఘర్షణలు నాకు తెలుసు. వాటి నివారణ తెలుసు. అందుకే ఆ ఇక్కట్లు, సంఘర్షణలు కనీస స్థాయికి తగ్గించబడాలని ఎప్పుడూ నొక్కి చెబుతాను.

అంతరాత్మవైపుకు తిరగడం, విశ్వాసం, సరళమైన సంపూర్ణమైన స్థిరనమ్మకం, భరోసా ఉంచడం. ఇదే నా సలహా, నేనేమంటున్నానో నాకు బాగా తెలుసు.

CWSA 29:487 — *శ్రీ అరవిందులు*

కఠిన ప్రమాణీకరణ అవసరం లేదు

ఆధ్యాత్మ స్వీయాభివ్యక్తి దివ్యాత్మ సంకల్పమే ఆధ్యాత్మిక జీవితానికున్న నియమం; ఆ సంకల్పం, ఆ స్వీయాభివ్యక్తి అమిత సరళత్వం లేదా అమిత సంక్లిష్టత, సంపన్నత లేదా వాటి సహజ సంతులనం ద్వారా రూపుదాల్చగలవు, - సౌందర్యం పుష్కలత, వస్తుజాలంలో గుప్తంగా ఉన్న ఒక మాధుర్యం, హాస్యం, జీవితంలో ఒక సంతోషం, ఒక కాంతి అన్నవి కూడా ఆధ్యాత్మ యొక్క శక్తులు, అభివ్యక్తులే. అన్ని దిశల్లోనూ లోపల ఉన్న ఆధ్యాత్మ ప్రకృతి సూత్రాన్ని నిర్ణయిస్తూనే జీవిత పరిస్థితిని, దాని వివరాన్ని, దాని చట్రాన్ని కూడా నిర్ణయిస్తుంది. సమస్తంలో అదేమాదిరి సానుకూలమైన సూత్రముంది. ఒక సంకుచిత ప్రామాణీకరణ మానసికంగా విషయాల అమరికకు అవసరమనిపిస్తున్నా ఆధ్యాత్మిక జీవితానికి మాత్రం అది నియమ సూత్రం కాజాలదు. ఒక అంతర్లీన ఏకత్వం మీద ఆధారపడే స్వీయాభివ్యక్తిలోని ఒక గొప్ప వైవిధ్యం, స్వేచ్ఛ అన్నవి రూపుదిద్దుకొంటాయి. కాని సర్వత్రా సక్రియమైన సామరస్యం, సత్యం వుండాలి.

CWSA 21 : 1104 — *శ్రీ అరవిందులు*

ఇదిమిత్థంగా నిర్ణయించలేని స్థితి, కర్మ చేయ అవిశ్రాంత ఒత్తిడి వల్ల మన ప్రకృతి కర్మ చేస్తుంది. లోతింతని చెప్పలేని ప్రశాంతత నుండి దైవం స్వేచ్ఛగా పనిచేస్తాడు. మనపై ఈ నిమ్న ప్రకృతి పట్టును వదిలించుకోవాలంటే ఆ ప్రశాంతతలో మనం తప్పక మునిగిపోయి అదిగా అయిపోవాలి.

CWSA 23 : 365 — *శ్రీ అరవిందులు*

ప్రశ్న : కాని అమ్మా తాను శక్తిహీనుడనని అనుకోవాలనుకొన్నప్పటికీ, తాను శక్తివంతుడనని నమ్మేదేదో వున్నది మనషిలో మరి?

అవును... అవును నిజాయితీగా ఉండటం మనిషికి చాలా కష్టం. అందుకే అతడిపై పడే దెబ్బలు అధికాధికమౌతాయి. ఒక్కొక్కసారి అవి భయంకరంగా తయారవుతాయి. ఎందుకంటే నిజాయితీ మాత్రమే నీ మూర్ఖత్వాన్ని భగ్నం చేస్తుంది. విపత్తులు సమర్థనీయమయ్యేది అందువల్లనే. నీవు తీవ్రమైన బాధలో ఉన్నప్పుడు మాత్రమే, నిన్ను ప్రగాఢంగా ప్రభావితం చేసే ముందు, మూర్ఖత్వం కొంచెంగా మాత్రమే కరుగుతుంది. ఏదో అలా కొంత కరిగిపోయినప్పటికీ ఏదో కొంత లోపల మిగిలే ఉంటుంది. అందుకే ఆ మూర్ఖత్వం చాలాకాలం ఉంటుంది.

దైవీకృప, దైవీ చేతన లేకుండా తానేమీ కాదని, తానేమి చేయలేడని, తెలుసుకొని, తన ఉనికే ఉండదని, తానొక శూన్యమనీ, తనకు వ్యక్తిత్వమంటూ ఉండదనీ, తెలుసుకునే అసలు లోతులలోనికి వెళ్ళడానికి జీవితంలో ఎన్ని దెబ్బలు అవసరమౌతాయి. అది తెలిసిన తక్షణం నుండి అంతా జరిగిపోయినట్లే. కష్టాలన్నీ మాయం. దానిని సమగ్రంగా ఎరిగినప్పుడు, నిరోధించేదేమీ ఉండదు. కాని అప్పటి వరకు... చాలా కాలంపడుతుంది.

CWM 6 : 322-24 — *శ్రీమాత*

నీవే

సమస్త ప్రేమకు, సమస్త ప్రకాశానికి నీవే మూల స్రోతస్సువి. నిన్ను నిన్నుగా మేం గ్రహించలేకపోయినా సంపూర్ణంగా, సమగ్రంగా అవతరింప చేయగలం. నీవు మా ఊహకు అందకపోవచ్చు గాక, కాని ప్రగాఢమైన నిశ్శబ్దంలో నిన్ను చేరుకోగలం.

నిజమైన ప్రేమ పల్లవించుగాక, అది అన్ని బాధలకు ఓదార్పు నిచ్చుగాక. నిజమైన శక్తి వసించు ఆ నిర్వికారమైన శాంతిని మాలో స్థాపించు; అంధకారాన్నంతటినీ చెదరగొట్టే సార్వభౌమిక జ్ఞానాన్ని మాకు ప్రసాదించు...

అనంతమైన లోతుల్ని మొదలుకుని ఈ బయట శరీరం దాకా, దీని సూక్ష్మ మూలకాల వరకు నీవు తిరుగాడుతావు, జీవిస్తావు, ప్రకంపిస్తావు. సమస్తాన్ని గతిలోకి తెస్తావు. ఈ నా సమస్త ఉనికితో బహువిభజనాశీలమైన దైనా.... సుసంబద్ధమైనదై బ్రహ్మాండమైన ఒక ప్రకంపనం ద్వారా ప్రాణవంతమయ్యే ఒక భాగం మాత్రమే. ఆ ప్రకంపనం నీవే.

CWSA 32 : 332 *జూన్ 20, 1914 ది మదర్*

శ్రీఅరవిందులు ఇచ్చిన ఒక మంత్రం, ప్రార్థన.

ఓం శ్రీ అరొబిందొమీరా

నా మనసు, ప్రాణము, హృదయాలను నీ ప్రకాశం, ప్రేమ, శక్తుల వైపుగా ఉన్మీలనం గావించు. దానితో సకల విషయాలలో నేను దైవాన్ని చూడగలను.

(ఇది శ్రీఅరవిందులు ఒక సాధకునికి ఇచ్చిన మంత్రం)

16-07-1938

ate of Publication: 1st March 2024 Registered: PY/41/2024-26

AKHILA - Akhila Bharata Patrika (Telugu)

Registered with the Registrar of Newspapers for India: No. 23593/72 (monthly)

Matter shall reveal the Spirit's face. — Sri Aurobindo



Owner: Sri Aurobindo Society
Printer: Swadhin Chatterjee for Sri Aurobindo Ashram press
Publisher: Pradeep Narang for Sri Aurobindo Society
Published from: Society House, 11 Saint Martin Street, Puducherry - 605001
Printed from: Sri Aurobindo Ashram Press,
No. 38, Goubert Avenue, Puducherry - 605 001, India
Editor: K. V. Rao

ingle copy Rs. 30 **Annual Subscription Rs. 200 (in India)**

A Monthly Published by

SRI AUROBINDO SOCIETY-605001